

مكتبة
الصحة النفسية للطفل

أحمد سعيد أبو الصالحين



مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، سيدنا محمد ﷺ، وعلى أله وصحبه أجمعين، ثم أما بعد.

لقد منَّ الله علي بإعداد هذا الكتاب بعد سنوات من العمل في مجال التربية، وتدريب المعلمين، والتعامل مع الطلاب، والإشراف على العديد من مشكلات الأطفال وسماعي لشكاوى عديدة من المعلمين وأولياء الأمور حول سلوكيات الأطفال والمراهقين، وأنا أستغرب عندما أتعامل مع المربين سواء كان المعلمين أو الوالدين وأتساءل: هل قرأت يومًا ما عن خصائص مرحلة النمو التي يمر بها ابنك؟ وباستغراب منهم تكون الإجابة لا، وأنا أتساءل كيف يتعامل الوالدين أو المعلمين مع الأطفال وهم لا يعرفون حتى طبيعة المرحلة التي يمرون بها؟ وعن السلوكيات التي تظهر عليهم هل تتناسب هذه السلوكيات مع المرحلة العمرية التي يمرون بها أم أنها سلوكيات شاذه تحتاج للنصح والمشورة؟ هل نلبي نحن الوالدين احتياجات ابناءنا بشكل سليم يضمن لهم نموًا سليمًا خاليًا من المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية التي تعوق نموهم السليم؟ إذن فثقافة الوالدين والمعلمين هم أساس بناء الأبناء، أما إذا أهملنا دعوتنا الصالحة لهم وبحثنا الدائم عن كيف نتعامل معهم ومع مشكلاتهم، فكيف نبرأ ذمتنا أمام الله عز وجل، إذا ضيعنا وأهملنا هذه الأمانة.





إهداء إلى من ربياني صغيرا، أمي رحمها الله، وأبي أطال الله في عمره.

إلى زوجتي الحبيبة والغالية، وأبنائي الثلاثة (يوسف – ميرنا – مريم)

أسأل الله أن يبارك فيهم ويجعلهم ذرية صالحة.



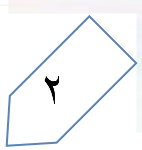
عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال (إذا مات ابن آدم انقطع عملهُ إلا من ثلاث: صدقةٍ جارية، أو علمٍ يُنْتَفَعُ بِهِ، أو ولدٍ صالحٍ يَدْعُو لَهُ)رواه مُسلم.

لذا فهذا الكتاب مسموح بطباعته ونسخه ونشره وتوزيعه دون أي أذن أو تصريح مني، عسى الله أن ينفعني به يوم لا ينفعُ مالٌ ولا بَنُون إلا من آتى الله بقلبٍ سليم.

أحمد سعيد أبو الصالحين

مصر : ٠٠٢٠١٠٩٠٨١٣١٣٣

Ahmedsaid1000000@yahoo.com





الجزء الأول خصائص مراحل النمو.

- ما هو علم نفس النمو؟
- ما المقصود بنمو الإنسان؟
- ما هي خصائص عملية النمو؟
- ما هي العوامل المؤثرة في عملية النمو؟
- ما هي أهمية معرفتنا بعلم نفس النمو؟
- (مرحلة الطفولة المتوسطة والمتأخرة من عمر ٦ إلى ١٢ عام) المرحلة الابتدائية.
- ما هي مظاهر النمو في هذه المرحلة (الجسمي – اللغوي – الاجتماعي – الخلقي والديني – العقلي ؟

الجزء الثاني : الفصل الأول (الاحتياجات النفسية للأطفال)

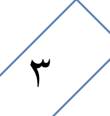
- ما المقصود بالحاجة؟
- أهمية الحاجات لدى الطفل .
- دور الأسرة والمدرسة في الصحة النفسية للطلاب.
- ما هي الاحتياجات النفسية التي يحتاجها الطفل في هذه المرحلة حتى ينمو نمواً سليماً (ضرورات النمو)

✓ الفصل الثاني التنشئة الاجتماعية.

- ما معنى التنشئة الاجتماعية ؟
- ما هي الأساليب الخاطئة في تربية الأطفال؟

الجزء الثالث: مرحلة المراهقة.

- مقدمة في مرحلة المراهقة
- ما الفرق بين البلوغ و المراهقة؟
- رأي بعض علماء النفس في مرحلة المراهقة
- هل مرحلة المراهقة في حد ذاتها تمثل أزمة؟ ولماذا ؟
- ما هي أنماط المراهقة أو أشكال المراهقة؟
- ما هي الحاجات التي يسعى المراهق لتحقيقها؟



- ما هي أبرز المشكلات التي تواجه المراهق في هذه المرحلة؟
- ما هي أسباب اضطراب السلوك لدى بعض المراهقين؟
- برأيك : ما هي طرق علاج المشكلات التي يمر بها المراهق

الجزء الرابع: الفصل الأول المشكلات السلوكية

- تعريف السلوك
- أنواع السلوك
- خصائص السلوك:
- ما المقصود بالتغيرات السلوكية - وما المقصود بالمشكلات السلوكية
- ما هي الاضطرابات السلوكية
- ما هي معايير تشخيص السلوك السوي والمضطرب (متى يكون سلوك الطفل مُشْكِلة؟؟)
- ما هي العوامل التي تؤدي إلى المشكلات والاضطرابات النفسية والسلوكية؟
- ما هي النظريات التي تفسر المشكلات والاضطرابات السلوكية والانفعالية.
- أسلوب حل المشكلات.

✓ (الفصل الثاني) أمثلة على بعض المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية.

- أولاً : اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه
- ثانيًا : مشكلة التبول اللاإرادي
- ثالثًا : السلوك العـدواني عند الأطفال.

الجزء الخامس: مهارات وفنيات تعديل السلوك

- تعريف تعديل السلوك
- ما هو الهدف من تعديل السلوك:
- ما هي خصائص عملية تعديل السلوك:
- مجالات تعديل السلوك:
- الاتجاهات الرئيسية في تعديل السلوك:
- خطوات تعديل السلوك:
- خصائص استراتيجيات تعديل السلوك
- هناك جوانب أساسية لا يجب عدم إغفالها عند تعديل السلوك:
- أساليب واستراتيجيات تعديل السلوك
- المراجع:

الجـزء الأول خصائص مراحل النمو

قال الإمام ابن القيم رحمه الله

(من أهمل تعليم ولده ما ينفعه وتركه سدى، فقد أساء إليه غاية الإساءة، وأكثر الأولاد إنما جاء فسادهم من قبل الآباء وإهمالهم لهم، وترك تعليمهم فرائض الدين وسننه، فأضاعوهم صغارا، فلم ينتفعوا بأنفسهم، ولم ينفعوا أباءهم كبارا.

ما هو علم نفس النمو؟

علم نفس النمو : هو فرع من فروع علم النفس، وهو يهتم بدراسة كافة التغيرات التي تطرأ على السلوك الإنساني في جميع مراحل حياته وفي جميع الجوانب (النفسية – الاجتماعية – العقلية – المعرفية -الفسيولوجية ... وما إلى ذلك) ويمكنه التنبؤ بسلوكياته وضبطه وتفسير ظواهره المختلفة.

ما المقصود بنمو الإنسان؟

النمو: هو سلسلة متلاحقة من التغيرات التي تطرأ على الإنسان في جميع مراحل حياته وفي جميع الجوانب(النفسية – الاجتماعية – العقلية – الخلقية الفسيولوجية...الخ) وذلك منذ لحظة تكوينه وحتى انتهاء حياته.



ما هي خصائص عملية النمو؟

١) عملية النمو تنتقل من مرحلة إلى أخرى تدريجياً وليس فجائياً، ويحدث النمو من جانبين:

الجانب التكويني: الذي ينمو فيه الطول والوزن ونمو الأعضاء الداخلية والخارجية والعضلات وغيرها.

الجانب الوظيفي: تنمو فيه الوظائف التي تساعد على العيش مثل التفكير التذكر اللعب الجري وما إلى ذلك.

٢) النمو يكون من العام إلى الخاص، إذ تأخذ حركات الطفل نوع من الانتظام بعد أن كانت في الطفولة المبكرة عشوائية وكلية، وأصبح يقوم بها أعضاء متخصصة وليس الجسم كله.

٣) من الخصائص الأساسية في عملية النمو أنه لا يسير في جميع النواحي بمعدل واحد خلال مراحل النمو المختلفة، إذ يكون سريعًا في الصغر في بعض النواحي مثل النواحي الجسمية والعقلية ثم يقل تدريجيًا.

٤) هناك فروق فردية بين الأفراد في سرعة نمو قدراتهم، ومستوى نضجهم، مثال: جميع الأطفال لا يبدئون المشي في وقت واحد لكل منهم معدل سرعة نمو خاصة به.

٥) إن عملية النمو هي عملية متصلة ومستمرة ودائمًا ما تتأثر بالمراحل العمرية السابقة أي أن المراحل العمرية السابقة غالبًا ما تترك أثار سواء إيجابية أو سلبية لدى الفرد.

٦) من الملاحظ دائماً أن نمو الفتيات أسرع من نمو الفتيان وقد يكون هذا واضح في النمو الجسمي.

ما هي العوامل المؤثرة في عملية النمو؟

(العوامل البيئية – العوامل الوراثية – عوامل التغذية – ظروف الحمل والولادة)

١ - العوامل البيئية مثل

- بيئة الأسرة والعلاقات الاجتماعية.

وذلك من خلال عملية التنشئة الاجتماعية لما فيها من حب واهتمام ورعاية وكيفية التعامل مع الأطفال في المواقف الاجتماعية المختلفة وتعليمه السلوكيات الجيدة ومعالجة المشكلات السلوكية بشكل إيجابي ومقبول حتى ينتقل إلى مرحلة أخرى دون أن يتأثر سلبًا بالمرحلة السابقة.

- بيئة المدرسة خلال سنوات الدراسة.

تلعب المدرسة دورًا هامًا في تشكيل شخصية الطفل ففيها يتعلم ويتفاعل مع الطلاب ويُكون صورة ذهنية عن نفسه من خلال مدى تقبل الآخرين له ومدى تقبله هو لهم، كما أن للتحصيل العلمي دور هام من حيث مدى رضا الطالب عن نفسه واكتشاف المواهب والقدرات وتنميتها لديه.

٢ -العوامل الوراثية.

ويقصد بها الصفات الوراثية التي يحملها الأطفال من الأبوين، والوراثة لا تؤثر في السلوك بشكل مباشر. وإنما تؤثر أكثر في الصفات التكوينية.

٣ -عوامل التغذية.

حيث يساعد الغذاء على: -

١) بناء خلايا الجسم بشكل سليم.

٢) إمداد الجسم بالطاقة اللازمة للحركة والتعلم.

٣) وقاية الجسم من الأمراض، حيث أن نقص الغذاء يؤدي إلى نقص الفيتامينات اللازمة لجسم الفرد مما يؤدي إلى مشكلات جسمية وعقلية وغيرها.

أما الفرد الذي يتناول العناصر الغذائية المكتملة فيؤدي إلى نشاط عقلي وحركي وجسمي سوي.

لذا نلاحظ أن الطفل البدين لا يتفاعل مع أقرانه في المدرسة بسبب شكل جسمه السمين.

ونلاحظ أن الطفل النحيف لا يتفاعل أيضاً مع أقرانه في المدرسة بسبب شكل جسمه الهزيل.

٤ - ظروف الحمل والولادة.

وتتمثل هذه العوامل في إصابة الأم الحامل ببعض الأمراض أو تعرضها للانفعالات والقلق والتوتر الدائم أو نقص الغذاء أو مواجهتها لصعوبات أثناء الولادة أو أخطاء الولادة مما تؤثر على الطفل باقي حياته.

ما هي أهمية معرفتنا بعلم نفس النمو؟

١) يساعدنا علم نفس النمو في فهم خصائص كل مرحلة حتى لا يسوده الخطأ في تفسير سلوك الأطفال.

٢) فهم سلوك الأطفال أو الطلاب ونموهم النفسي وتغيراتهم الجسمية والانفعالية والعقلية والاجتماعية ومحاولة تفسيرها وكيفية والتحكم فيها.

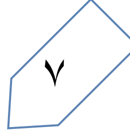
٣) إفادة المربيين والمعلمين لتفهم مراحل النمو والقوانين التي تخضع لها مختلف مظاهر النمو لمعرفة أي شذوذ أو أي انحراف لدى الفرد.

٤) التفريق بين المشكلات الحقيقية التي يعاني من الأطفال والمشكلات التي تفرضها مرحلة النمو والتعامل معها بشكل مناسب.

٥) تتأثر عملية النمو بقدر ما يتلقاه الطفل من عناية ورعاية وتدريب وتعليم.

٦) تعتبر دراسة خصائص مراحل النمو أمر ضروري لسلامة العملية التربوية والتعليمية وسيرها بشكل أفضل.

٧) هناك مشكلات تلعب دوراً هاماً في العملية التعليمية مثل مستوى الذكاء والتحصيل الدراسي متعلقة بالنمو.



(مرحلة الطفولة المتوسطة والمتأخرة من عمر ٦ إلى ١٢ عام) المرحلة الابتدائية

أقوال بعض العلماء في وصف هذه المرحلة :

يقول عالم النفس (إريكسون) عن هذه المرحلة:

بأن الطفل يشعر في هذه المرحلة إما بالكفاءة أو بالدونية، فإن حقق الطفل نجاحات كثيرة سينمو لديه الشعور بالكفاءة، وإن فشل في محاولات عديدة سينمو لديه الشعور بالدونية، وتلعب الأسرة والمدرسة دوراً كبيراً في نمو هذه المشاعر.

أي يرسم الطفل في هذه المرحلة الصورة الذهنية عن نفسه. لذا وجب علينا ألا نعطي للطفل مهام تفوق قدراته حتى لا يكون لديه صورة عن نفسه تتسم بالعجز، ويجب أن نقوم بتبسيط المهام بالتدريج حتى يكسب الطفل الثقة بالنفس.

كما يقول (هافجهرست)

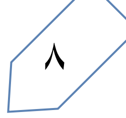
(أنها مرحلة تعلم المهارات الحركية والمهارات اللازمة للقراءة والكتابة الحساب) لذلك يدخل الطفل في هذا المرحلة العمرية (المدرسة) لأن قدراته العقلية أصبحت متهيئة ومستعدة لعملية التعلم، أما ما قبلها فيسمى المرحلة التمهيدية.

ما هي مظاهر النمو في هذه المرحلة؟

المقصود بمظاهر النمو هي التغيرات التي تظهر على الطفل في هذه المرحلة في مختلف نواحي النمو (الجسمي – اللغوي – الاجتماعي – الخلقي والديني – العقلي)

أولاً: النمو الجسمي.

- تتميز بدايات هذه المرحلة (٦ -٨ سنوات) بنمو جسمي بطئ؛ بالمقارنة بمرحلة الطفولة المبكرة، على عكس نهايات تلك المرحلة والتي تشهد قفزات في النمو استعداداً لمرحلة المراهقة المبكرة أو (البلوغ)، ويختلف معدل نمو طفل إلى طفل أخر حسب الفروق الفردية.
- في السنة السادسة تنمو العضلات الدقيقة بشكل متدرج لذا يعجز طفل السادسة عن القيام بأعمال تطلب منه استعمال العضلات الدقيقة مثل الكتابة بخط صغير أو أن يطلب المعلم جودة الخط وذلك لعدم اكتمال الجهاز العصبي، ونلاحظ أن الأطفال في هذا العمر يكون خطهم كبير ويلاحظ تحسن في سن التاسعة إلي الثانية عشر.



- يتميز طفل السادسة بالنشاط البدني الزائد الذي يصرفه في اللعب ، ويمكن أن يلعب الطفل لساعات وساعات دون الشعور بالتعب وهذا يحتاج منا تنظيم لوقت الطفل ما بين الراحة واللعب.
- البنات هم أسرع نمواً في هذه المرحلة من البنين وخاصة في سن ما بين ٩ -١٢سنة.
- إن الصحة والقوة ونسبة النمو واللياقة البدنية العامة، كل هذا يساهم في نجاح طفل المدرسة، وفي نمو عقله وشخصيته فالطفل المتعب يكون عصبياً سريع الانفعال، والطفل سيئ التغذية يحتاج الطاقة للعمل المدرسي، كما أن الطفل يكون مستوى نمو جسمه دون رفاقه مما يسبب له بعض المشكلات كالخجل – الشعور بالنقص – عدم الثقة بالنفس – عدم الاطمئنان. وبالتالي كلما تمتع الطفل بصحة جيدة تساعده على الاندماج مع المجتمع المدرسي تحسن مفهوم الذات لديه.
- في هذه المرحلة تتبدل الأسنان اللبنية بالأسنان الدائمة.
- لابد وأن نراعي مبدأ الفروق الفردية لدى الأطفال فمنهم طويل القامة ومنهم قصير القامة ومنهم من هو بارع في بعض الألعاب الرياضية عن غيره.

ما هي معوقات النمو من الناحية الجسمية؟

أولاً : سوء التغذية.

ثانياً : الحوادث.

ما هي النصائح التربوية للآباء والمعلمين للاهتمام بالنمو الجسمي للطفل؟

- الاهتمام بالغذاء الصحي الجيد الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية.
- تعويد الطفل القيام بمفردة على العادات الصحية السليمة (كدخول الحمام، الاستحمام، تقليم الأظافر، نظافة الأسنان، والأذنين، والعينين...الخ)
- العمل على وقاية الطفل من الحوادث الخطيرة.
- الاهتمام بسلامة القوام البدني له من خلال عدم تحميله جميع الكتب المدرسية والاقتصار على الجدول اليومي.
- الاعتماد في التدريس على حواس الطفل المختلفة السمعية البصرية الحسية.
- ضرورة الكشف الطبي المبكر على الأطفال في هذا العمر واكتشاف الأمراض مبكراً مثال أن يكون الطفل بحاجة إلى نظارة أو سماعة أو ما إلى ذلك.
- تعويد الطفل على النوم مبكرًا ولفترة كافية لا تقل عن ٨ ساعات ليلاً.

- ألا يتضايق المربون والمعلمون من كثرة حركة الأطفال سواء في البيت أو المدرسة، لأن نشاطهم الزائد يعبر عن طبيعة مرحلة النمو التي يمرون بها.
- عدم إجبار الطفل الأيسر على الكتابة باليد اليمنى ، لأن ذلك يؤدي إلى خلل نفسي عصبي؛ فالنصف الأيمن من المخ يتحكم في التنسيق الحركي للجزء الأيسر من الجسم، والجزء الأيسر من المخ يتحكم في التنسيق الحركي للجزء الأيمن للجسم، وكل شخص يكون لديه واحده من نصفي المخ هو السائد عن الآخر في عملية التنسيق الحركي، لذا إجباره يؤدي إلى خلل نفسي عصبي.

ثانيًا: النمو اللغوي.

يعتبر النمو اللغوي في هذه المرحلة بالغ الأهمية ، لأنها تعتبر الأساس في اكتساب اللغة حيث تنمو المفردات اللغوية من صف دراسي إلى صف دراسي أعلى ، ومن ناحية أخرى فإن هذه المرحلة تنمو فيها حدوث تطور مهم في نمو فنون اللغة الأربعة (الاستماع والكلام والقراءة والكتابة) ، حيث تزداد قدرة الطلاب على الاستماع لفترة طويلة ، وتنمو قدرتهم على التعبير عن أنفسهم بطلاقة وحيوية ، كما يتعلمون في أثناء تلك المرحلة معظم المهارات التي تحتاجها عملية القراءة ، بالإضافة إلى أن حجم المفردات المستخدمة لدى التلميذ تنمو بسرعة حيث إن تلاميذ تلك المرحلة تنمو لغتهم نموا ملحوظاً في كمية المفردات ونوعيتها ، واتساع معانيها.

ما هي العوامل المؤثرة في النمو اللغوي؟

- يتأثر النمو اللغوي بمدى اختلاط الطفل بأفراد أسرته من خلال التفاعل الأسري. وذلك لاعتماد النمو اللغوي على تقليد الكبار والتي من خلالها يكتسب الطفل مهاراته اللغوية.
- يقول (براون) Brown إن عملية تقبل الطفل والاهتمام به ورعايته رعاية تشمل الحب والحنان والأمان وتخصيص وقت كافٍ للحديث معه ومشاركته هواياته والرد على إجاباته واستفساراته وأسئلته تؤثر على نمو الطفل اللغوي وتجعله أوفر حظاً في اكتساب مفردات ومهارات لغوية جديدة وسليمة.
- وكلما تقدم الطفل في السن زادت الحصيلة اللغوية ، وفي قدرته على التحكم في اللغة ، وكلما كان في حالة صحية سليمة يكون أكثر نشاطاً وأكثر قدرة على اكتساب اللغة.

والأطفال الذين يعيشون في بيئة أعلى اجتماعياً واقتصاديا وأفضل ثقافيا يكون نموهم اللغوي أفضل من الذين يعيشون في بيئات فقيرة.

- لاحظ الباحثون أن الطفل الذي ينمو في بيئة فقيرة خاصة والتي تفتقر إلى العاطفة الأسرية (كدور الرعاية والأيتام) يكون تأخرهم اللغوي كبيراً وتتصف معظم عمليات النمو اللغوي لديهم بالتأخر ، وأحياناً يلازمهم مدى الحياة.
- تشير (مكارثي) إلى أن بعض صعوبات النطق مثل تأخر الطفل في الكلام أو اللجلجة أو عدم وضوح الحروف والكلمات أو عدم القدرة على القراءة، كل ذلك يمكن أن يكون نتيجة مشكلات انفعالية كفقدان الشعور بالأمان، وتتعدد أسباب شعور الطفل بالأمان إلا أنها تدور في محور واحد ألا وهو (الأسرة).
- يُعد النمو اللغوي بالغ الأهمية بالنسبة للنمو العقلي والاجتماعي والانفعالي فمثلاُ مشكلة الكلام تؤثر في النمو الاجتماعي، فقد بينت الدراسات أن حوالي ٨٠٪ من المتلعثمين في مرحلة الطفولة يطورون مشكلات شخصية وهم راشدون. مثل الخجل – الانسحاب – عدم الثقة بالنفس وذلك بسبب خبرتهم السابقة في مرحلة الطفولة.

ما هي النصائح التربوية للآباء والمعلمين للاهتمام بالنمو اللغوي للطفل؟

- تشجيع الطفل على الكلام والتعبير الحر الطليق.
- تدريب الطلاب على إجادة القراءة الصامتة وعلى الفهم من خلالها .
- توثيق صلة الطالب في هذه المرحلة بالمكتبة، لتوسيع الاستخدامات اللغوية عند الطفل ، وتدريبه على استعمال بدائل لغوية أخرى تضاف إلى رصيده.
- الاكتشاف المبكر لأمراض الكلام مثل اللجلجة – التهتهة – التلعثم وغيرها حتى يمكن علاجها .
- أهمية القصص وفهمها وتلخيصها والتدريب اللغوي السليم.

ثالثًا: النمو الاجتماعي.

- يرى (بياجيه): أن اكتساب الطفل اللغة يجعله يزداد فهماً لرغبات الآخرين، ولأدوارهم بالنسبة لدوره ، فيبدأ في تصحيح فكرته عن نفسه ، وتساعده اللغة في التحرر من مركزية الذات ، ويبدأ إحساسه بآراء غيره وفي اكتساب السلوك الاجتماعي الذي يساعده على الاندماج في الجماعة ، فتقل أنانيته، ويقل لعبه الانفرادي ويسعى للعب مع الأصدقاء.
- وفي هذا السن يتأرجح الطفل بين محاولة الاستقلال عن المنزل والرغبة في طاعة الوالدين والاعتماد عليهما. وقد يبدي الأطفال روح العنف والتشبث بالرأي على محاولة فرض آرائهم

على الكبار، وكلها محاولات لاختبار الذات وتأكيدها، وتأكيد الاستقلال، فيسعى لأن يكون له الرأي في اختيار أصدقائه وغيرها من الاختيارات التي تنمي لديه الشعور بالاستقلالية.

- على الأهل أن يساعدوا الطفل على المزيد من الاعتماد على نفسه وعدم الاتكال عليهم في كل كبيرة وصغيرة ، بشرط أن لا يتخلوا عن مسئوليتهم عليه وتقديم النصح له وقت الحاجة.

ما مظاهر النمو الاجتماعي عند الطفل؟

أولاً : الصداقة.

يتجه الأطفال من عمر (٨ - ١٢) إلى تكوين علاقات جيدة مع أكثر من صديق ، ويكتسب الطفل العادات والمعارف من الأطفال الآخرين فتزداد معارفه ، وتنمو قدراته فيتعلم كيفية التعاون مع الآخرين والوصول إلى أهداف مشتركة. فصداقة الطفل مع الأطفال الآخرين تولد قوة نفسيه واجتماعية وحب التعاون فيما بينهم.

ويصنف الخبراء شخصيات الأطفال إلى أربعة فئات : -

الشخصية المحبوبة : يتحلى بمهارات اجتماعية إيجابية لديه حب المشاركة مع الآخرين.

الشخصية المنبوذة : يتميز سلوكه بالعدوانية وعدم النضوج فهو لا يبالي بممتلكات الآخرين أو مشاعرهم، ويؤذي الآخرين وصولاً إلى غاياته الشخصية.

الشخصية المترددة: فهو يملك بعض السلوكيات الاجتماعية والإيجابية لكنه غالباً متردد في إقامة صداقات وعلاقات مع الآخرين.

الشخصية المُهملة : هذه الشخصية يُعتقد أنه غير متكيف مع الآخرين إلا أنها تملك مهارات اجتماعية ضعيفة في عملية التواصل مع الآخرين، ويعتبر خجولاً إلى حد ما.

ثانياً : اللعب الجماعي.

- يبدأ الطفل بإشباع حاجاته عن طريق اللعب، حيث تتضح أمام الطفل أبعاد العلاقات الاجتماعية القائمة بين الناس ويدرك أن الإسهام في أي نشاط يتطلب من الشخص معرفة حقوقه وواجباته، وهذا ما ينعكس في نشاط لعبه، ويتعلم الطفل عن طريق اللعب الجماعي الضبط الذاتي والتنظيم الذاتي تماشياً مع سلوك الجماعة.
- واللعب من مظاهر النمو الاجتماعي، ويؤكد الباحثين وجود تعاون أكثر بين الأطفال في هذا النوع من اللعب.

- واللعب مدخل أساسي لنمو الطفل عقلياً ومعرفيا وليس لنموه اجتماعياً وانفعالياً فقط، ففي اللعب يبدأ الطفل بمعرفة الأشياء وتصنيفها ويتعلم مفاهيمها من خلال اللعب.

ثالثاً : بناء مفهوم الذات.

- إن عملية التنشئة الاجتماعية الجيدة بناءً على الأسس النفسية السليمة، كفيلة بتدعيم بناء مفهوم الذات عند الأطفال وكفيلة بتنميتها لدرجة تجعلهم قادرين على تقويمها بما يحقق احترامهم لأنفسهم ولغيرهم. وقادرين على تقويمها بما يحقق لهم حرية الرأي وإبداء وجهات النظر بما لا يتعارض مع نظام القيم السائد في المجتمع، وقادرين على إدراكها بما يحقق لهم مراقبة سلوكياتهم وتنقيتها مما يشوبها.
- ومن الضروري تركيز الآباء على تدعيم الخصائص الإيجابية والجيدة في شخصيات أطفالهم بكافة السبل، بحيث ترسخ في أذهانهم ويُخلق لديهم مفهوم الذات الإيجابية عندهم.
- وعلى الآباء إطفاء كل صفه غير مرغوب فيها تتصف بها شخصيات أطفالهم أولاً بأول، ولا يجعلونها تلتصق بهم، ولا يتهاونون في إزالتها عنهم والتخلص منها وذلك من خلال توجيههم المستمر نحو الأفضل، ومساعدتهم على النظر لأنفسهم أنهم ذو قيمة وشأن عظيم.
- إن الرسائل النفسية الايجابية مثل (الاستحسان – التشجيع – التسامح – التقبل – المحبة) الموجهة من الآباء إلى الأبناء تسهم إلى حد كبير في بناء وتدعيم مفهوم الذات واحترامها لدى الطفل.
- أما الرسائل النفسية السلبية مثل (عبارات اللوم – التوبيخ – الرفض وما إلى ذلك) تتسبب في عرقلة مفهوم الذات عندهم، مما يخلق لديهم عدم احترامهم لأنفسهم، وعجزهم عن تأكيد ذاتهم بالطرق السوية المشروعة، وكثيراً ما يراقبون تصرفاتهم لتنقيتها مما يشوبها ويخلق لديهم شعور الأنانية والعزلة.
- إن نمو الذات لدى الطفل نمواً صحياً وسليماً يتطلب أن يكون له صوتاً في أسرته، ويناقش رأيه ويُقبل أحياناً حتى يشعر بالرضى عن نفسه.

ما هي النصائح التربوية للآباء والمعلمين للاهتمام بالنمو الاجتماعي للطفل؟

- إمداد الطفل بخبرات اجتماعية سليمة، وتعلم الطفل كيفية السلوك في المواقف المختلفة.
- الحرص على جعل البيئة الأسرية الاجتماعية خالية من القلق والتوتر.
- تنمية التفاعل الاجتماعي التعاوني بين الطفل وأصدقائه.

- أن تكون اتجاهات الأسرة نحو تربية الأبناء إيجابية وتكون بعيدة عن الحماية الزائدة، وأن يقوموا بتعليم الطفل كيفية الاعتماد على نفسه من حيث الاحتياجات الضرورية.
- أهمية الرحلات والمعسكرات وتدريب الطفل على القيادة وتحمل المسئولية الاجتماعية.
- تعليم الطفل كيفية اختيار الأصدقاء.
- تشجيعه على الاستقلال.
- الإعداد التربوي السليم لاستقبال التغيرات الجسمية وغيرها والتي ستطرأ في نهاية هذه المرحلة وبداية مرحلة البلوغ والمراهقة.

رابعًا: النمو الخُلقي والديني.

- في مرحلة الطفولة المتوسطة تكثر أسئلة الطفل حول الولادة والموت، أما في مرحلة الطفولة المتأخرة يتطور نمو الطفل الديني، فيناقش والديه ومعلميه في بعض الأمور الدينية على حسب سنه.
- وينمو الضمير لدى الطفل يحس بالخير والشر، والحلال والحرام، والحسن والقبيح، والضمير نداء داخلي يحث الفرد على فعل الخير، والابتعاد عن الشر.
- الأطفال الذين تتميز تربيتهم بالقيم الدينية تتسم سلوكياتهم بسمات جيدة مثل (الأمانة – الطيبة – التسامح – التعاون – الوفاء – الطاعة – العدل ....الخ) والأسرة هي المسئولة عن بث روح المسئولية وغرس القيم وتعويد الأطفال على احترام القيم والأنظمة الاجتماعية، ومعايير السلوك والحفاظ على حقوق الآخرين، ونبذ السلوكيات الخاطئة.

ما هي النصائح التربوية للآباء والمعلمين للاهتمام بالنمو الخُلقي للطفل؟

- ضرورة وجود القدوة الصالحة والحسنة من قبل الوالدين والمربيين ليرى الطفل نماذج سلوكية فعلية للعبادات والمعاملات في البيت والمجتمع.
- أهمية أن تكون هذه القيم سلوكاً وليس كلام يقال.
- من المهم أن لا ينقد الأب سلوك أبنه ويعاقبه عليه ثم تأتي الأم وتمدحه هذه تسمى عملية ازدواجية في التربية.
- مساعدة الطفل على اختيار الأصدقاء أصحاب السلوكيات الجيدة.
- الصبر ثم الصبر ثم الصبر وعدم اليأس في غرس القيم النبيلة في أطفالك، لأنه بقدر تعبك اليوم في صغره إلا أنك ستحصده غداً فاصبر حتى تغرس غرساً أصيلاً ينبت بالخير.

خامساً: النمو العقلي.

- النمو العقلي في هذا السن يكون سريعاً، ونلاحظ نمو حب الاستطلاع لديه بصورة كبيرة، إذ يسأل ويستفسر عن كل شيء يصادفه ويصر على الحصول على إجابات لأسئلته، وبالتالي يحصل على معلومات كثيرة في نواحي عدة، خاصة المتعلقة بحياته أو التي تلفت انتباهه، وأحياناً يسأل عن نواحي قد نخجل منها مثل (النواحي الجنسية، والظواهر الطبيعية وعن الله) لذلك، إذا واجهنا سلوك الاستطلاع وإجاباتنا عن تلك الأسئلة بالرد والإجابة التي تناسب عمره فإننا بذلك قد نساعد عملية النمو العقلي لديه نمواً سليماً، أما إذا واجهناها بالرفض والإهمال والسخرية فإن الطفل سيكف عن التساؤل والاستطلاع ومعنى هذا توقف النمو العقلي لديه.
- يبدأ التعلم الأكاديمي في هذه المرحلة ويتعلم الطفل القراءة والكتابة والرياضيات ، وإذا نظرنا لعملية القراءة وحدها نجد أنها تطلب عدة مهارات منها: -



- ✓ مهارة القدرة على معرفة شكل الحرف واسمه منفرداً (أ).
- ✓ مهارة ربط الأحرف بعضها ببعض (أسـد).
- ✓ مهارة ترجمة هذه الأحرف ترجمة صوتية ذات معنى.
- ✓ ثم إدراكها وربطها بمفاهيم معينه، ومن ثم حفظها في الذاكرة(أي ربط الحرف بصورة مثل أسد فعندما يرى الطفل الحرف يتذكر صورة الأسد ويقول (أ ، أسد).

وتعمل كل هذه المهارات بشكل تلقائي، وإذا كانت إحدى هذه المهارات ضعيفة فتكون قدرة الطفل على القراءة ضعيفة.

- ينمو الإدراك الحسي من خلال عملية القراءة والكتابة ويمكن التعرف على الأشياء من خلال ألوانها – أشكالها – رائحتها – أحجامها.
- ضرورة الكشف الطبي الدوري على جميع حواس الطفل، لاكتشاف الأمراض التي يترتب عليها مضاعفات سلبية على تلك الحواس، وضرورة تزويد الطفل الذي يعاني من مشكلات سواء سمعية – بصرية ...الخ بالاحتياجات التي يحتاجها مثل نظارة – سماعة وذلك للمحافظة على ما تبقى لديه من إمكانات حسية.

العوامل المؤثرة في النمو العقلي للطفل.

- المستوى الاجتماعي والاقتصادي المنخفض للأسرة يؤدي غالباً إلى إعاقة نمو الذكاء وذلك للأسباب التالية (قلة ومحدودية فرص التعليم – نقص التشجيع من ناحية الوالدين – نقص الإثارة والتواصل العقلي في المنزل) لذا فإن الأطفال الذين يعانون من ضغوط نفسيه يكون تحصيلهم ونموهم العقلي أضعف من رفاقهم الذين لا يعانون من هذه الضغوطات ويعيشون في بيئات مستقرة نفسياً واجتماعياً. (حامد زهران)
- لا شك أن للمدرسة دوراً بارزاً في تشكيل شخصية هذا الطفل في هذا العمر حيث أن سياسة المدرسة التربوية وطرق التعلم فيها يعززان من تشجيع الطفل على المعرفة ومساعدته على النمو العقلي السليم.

ما هي النصائح التربوية للآباء والمعلمين للاهتمام بالنمو العقلي للطفل؟

- تشجيع الطفل على الاستقلالية، والثناء عليه عند إنجاز أداء فيه جهد عقلي، وحثه على التفكير في الصعوبات التي تواجهه قبل طلب المساعدة.
- الحرص على تحقيق التوافق المدرسي من العام الأول وتكوين عادات الدراسة الجيدة مثال أن تقوم بتعويده على نظام يومي.
- توفير المثيرات التربوية المناسبة التي تساعد على النمو العقلي السليم.
- تشجيع حب الاستطلاع عند الطفل وتنمية ميوله واهتماماته.
- اكتشاف المواهب لدى الطفل والعمل على تنميتها.
- زيادة مدارك الأطفال عن طريق الرحلات العلمية والترفيهية.

الجزء الثاني (الاحتياجات النفسية للأطفال)

الفصل الأول

يقول الإمام الغزالي رحمه الله

(والصبي أمانة عند والديه، وقلبه الطاهر جوهرة نفيسة، فإن عُود الخير وعلمه، نشأ عليه وسعد في الدنيا والآخرة، وإن عُود الشر وأُهمل إهمال البهائم شقي وهلك .. وصيانته بأن يؤدبه ويهذبه ويعلمه محاسن الأخلاق)

ويقول الشاعر أحمد شوقي (رحمه الله):

ليس اليتيم من انتهى أبواه من — هم الحياة وخلفاه ذليلا

إن اليتيم هو الذي تلقى له — أمًا تخلت وأبًا مشغولا

ما معنى الحاجة؟

الحاجة هي الافتقار إلى شيء ما، وهذا الشيء إذا وجد حقق الإشباع والرضا والارتياح للإنسان.

والمقصود بالحاجة هنا

أي ضرورات النمو التي يحتاجها الإنسان حتى ينمو نموًا سليمًا، وهي التي توجه سلوك الفرد على حسب اشباعها.

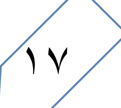
أنواع الحاجات :

أولاً: حاجات أساسية لضمان بقاء الإنسان على قيد الحياة مثل (الأكل – الشرب – النوم – التنفس - الإخراج –.....الخ) وتسمى حاجات فسيولوجية.

ثانياً: حاجات تجعل الفرد يعيش بشكل أفضل، مثل (الحاجة إلى الحب– واللعب – الأمان – الإنجاز – تحقيق مفهوم الذات) فهي حاجات ضرورية للحياة بأسلوب أفضل. (وتسمى حاجات نفسية)

ما أهمية الحاجات لدى الطفل ؟

- إن فهم حاجات الطفل، والعمل على إشباعها، يساعدنا للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي والصحة النفسية السليمة لدى الطفل.
- إن عملية إشباع الحاجات توجه سلوك الطفل بشكل أفضل.



- إن حرمان الطفل من إشباع الاحتياجات النفسية يؤدي إلى سوء تكيفه في البيئة المحيطة ومن ثم المجتمع ونشوء المشكلات السلوكية فإذا تفاقمت ظهرت الاضطرابات النفسية.
- إن عملية تلبية احتياجات الطفل تلعب دوراً هاماً في تشكيل شخصية الطفل.
- إن الطفل الذي ينشأ في بيئة تشبع حاجاته النفسية تجعل لديه شعور الثقة بالنفس و التقدير الذاتي واحترام الآخرين والتوافق مع البيئة المحيطة وينمو بشكل صحي وسليم خالياً من التوترات والقلق.
- هناك مشكلات أولية تحدث كرد فعل لما يعانيه الطفل من حرمانه من حاجاته الأساسية فيلجأ إلى أنواع من السلوك العدواني في محاولة للتغلب على بيئته وإرغامها على تحقيقها وإشباعها.

ما هي علاقة الحاجات بالدوافع والسلوك؟

(ان الحاجات هي نقطة البداية لإثارة الدوافع سواء السلبي منها أو الايجابي تلك الدوافع تتحول الى سلوك ايجابي في حالة وجود و اكتمال منظومة القيم لدى الفرد أو تتحول الى سلوك سلبي في حالة غياب أو عدم اكتمال منظومة القيم لديه).

دور الأسرة والمدرسة في الصحة النفسية للطلاب.

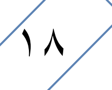
أولاً: دور الأسرة في الصحة النفسية للطلاب.

ليس خفياً دور الأسرة في حياة الأطفال، ومدى تأثيرها في تَنشئتهم عقليًّا وانفعاليًّا، واجتماعيًّا وسلوكيًّا، فهي التي تلبِّي احتياجاتهم على اختلافها، وهي أهمُّ البيئات التي يبدؤون فيها باكتساب الخِبرات وتكوين القِيَم، من خلال المؤثِّرات التي يتعرَّضون لها خلال تفاعُلهم معها، فيتعلَّمون اللغة، ويتدرَّبون على أساليب التعبير، وأشكال التواصُل، وأنماط السلوك؛ مما يجعل الأسرةَ مركزَ التأثير الأكثر عُمقًا في النموِّ العام للأطفال، ومصدرَ كلِّ تربية يتأثَّرون بها.

كيف تؤثر الأسرة على الصحة النفسية للطفل؟

١) تؤثر الأسرة على النمو النفسي السوي أو غير السوي للطفل، وتكوين شخصيته و نموه العقلي والانفعالي والاجتماعي.

٢) الأسرة السعيدة تعتبر بيئة نفسية لنمو الطفل وتؤدي الي سعادته.



٣) أما الأسرة المضطربة فهي بيئة نفسية سيئة للنمو فهي تعتبر بمثابة مرتع خصب للانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية الاجتماعية ومن ثم الجنوح.

هناك عدة أنماط سلوكية يتعلمها الطفل خلال عملية التنشئة الاجتماعية مثل

١) أنماط سلوكية تتصل بمواجهة الحاجات الجسمية الاساسية مثل سلوك التغذية والنظافة الشخصية.

٢) انماط سلوكية تتعلق بمهارات الاتصال الاجتماعي والمشاركة الاجتماعية ،فيتعلم الدين واللغة والعادات والتقاليد والقيم والاتجاهات ومعايير السلوك والمشاعر تجاه الاخرين.

٣) تكوين مفهوم صحيح عن ذاته يحدد تصوره لنفسه وتصور الاخرين له في ضوء جنسه وقدراته الجسمية والعقلية بحيث يستطيع ان يتقبل ذاته وقدراته ويكون هذا التصور اساسا لنجاحه في علاقاته الاجتماعية الخارجية.

ما هي العوامل الأسرية التي تؤثر على الصحة النفسية للطفل

١) العلاقة بين الوالدين:

- ان الأطفال الذين يولدون في أسر سعيدة أكثر ميلا لتحقيق السعادة من سواهم لأنها أسر يسودها الانسجام والاحترام المتبادل بين الوالدين وسائر الأبناء وتوفير جوا يساعد على نمو شخصية متكاملة.
- أما الأسر التي يسودها الخلافات والمشاحنات بين الوالدين تساهم في نمو الطفل نموا غير سليم نفسيا، لأنها تعرض الطفل لصراع نفسي ويترك آثارا قد تهدد إشباع حاجته إلى الحب والأمن النفسي وما ينتج عن ذلك من توتر نفسي داخلي قد يؤدي إلى حب الشجار وعدم الاتزان الانفعالي وعدم احترام الآخرين والتعاون معهم كما أن وجود مشكلات نفسية عند الوالدين يؤدي إلى عدم استقرار الجو الأسري مما يؤثر على الصحة النفسية للطفل فيشعر بالاكتئاب والقلق والاضطرابات النفسية.

٢) العلاقة بين الوالدين والأطفال:

- تتأثر العلاقة بين الآباء والأطفال بخبرات الطفولة التي مر بها كل منهما في أسرته.
- فيستخدم بعض الآباء أساليب آبائهم في التنشئة الاجتماعية (سأُربي أبنائي مثل ما رباني أبي).

- وقد تتحدد معاملة الآباء للطفل بعامل آخر هو(مدى رغبتهم في طفل من جنس معين (ذكر مثلاً) لذلك على الآباء تقبل أطفالهم مهما كان جنسهم أو شكلهم أو وضعهم العقلي أو الصحي لينعم الطفل بالاستقرار والهدوء النفسي)
- روى الترمذي وأبو داود أن النبي ﷺ قال (من كان له ثلاث بنات أو ثلاث أخوات، أو بنتان أو أختان فأدبهن وأحسن إليهن وزوجهن فله الجنة)

٣) العلاقة بين الأطفال – الأخوة.

- تؤثر علاقة الطفل بإخوته في تشكيل شخصيته ونموها الوجداني فالأخوة يقدمون المساعدة في الأوقات الصعبة والطفل يتعلم من خلال علاقاته مع أخوته معايير الجماعة والخطأ والصواب وذلك عن طريق الإيحاء والقدوة والتقليد فالأخ السوي يؤثر تأثير إيجابيا على الطفل وهناك سلبيات لابد من ذكرها وهي: -
- تعرض بعض الأطفال لنوع من تمييز الوالدين كإحاطة البنين بالرعاية أكثر من البنات مما يسبب الشعور بالغيرة التي تعد أحد العوامل المهمة في كثير من المشكلات التي تدفع الطفل إلى التخريب والنزعات العدوانية كما يجب على الوالدين أن يدعما ويحفزا قدرات وانجازات كل ولد على حدى كي يشعر الطفل بفرديته ويعتز بها.

٤) المستوى الاقتصادي والاجتماعي.

- إن الضيق الاقتصادي للأسرة يترك آثارًا سلبية كالشعور بعدم الطمأنينة والحرمان والضعف أمام الآخرين، وفي المقابل فإن التطرف في الإنفاق قد يؤدي أحيانا إلى نتائج خطيرة جدا مثل عدم تحمل المسؤولية واللامبالاة.

إذن لابد من معرفتنا جيدًا بدور الأسرة في بناء شخصية سوية للطفل ذلك عبر طريق تحقيق وإشباع الحاجات الأولية والاجتماعية والانفعالية والجسدية للطفل.

من المهم جداً على الأسرة اكتشاف ميول ومواهب أطفالهم والعمل على تنميتها واحترامها وان يوضح الأهل لطفلهم أنهم يقدرونه ويحبونه وأن يتيحوا له إمكانات متعددة من أجل تنمية سلوكه إضافة إلى استشارة الأطفال في الأمور الحياتية للأسرة وأخذ آرائهم واحترامهم ومصاحبتهم ومجالستهم والحوار معهم والإصغاء إليهم.

ثانيًا : دور المدرسة في الصحة النفسية للطلاب

أهمية المدرسة في الصحة النفسية للطلاب.

- المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي تلي الأسرة مباشرة في أهميتها وتأثيرها على الصحة النفسية ومدى درجة توافق الأبناء نفسيًّا واجتماعيًّا.
- فالمدرسة هي المجتمع الذي ينمو فيه الأطفال خارج الأسرة ويُمضون فيه أغلب يومِهم.
- وهي ليست مجرد مكان يتم فيه تعلم المهارات الأكاديمية والعلمية، وإنما هي مجتمع مُصغَّر يتفاعل فيه الأعضاء ويؤثِّر بعضهم في البعض الآخَر ويتعلم السلوك المقبول اجتماعيا.

ما هو دور المدرسة في تدعيم الصحة النفسية للطلاب.

١) توفير الفرص التي تساعد الطلاب على النمو الاجتماعي من خلال الأنشطة المختلفة، فيجب أن تعمل المدرسة على تخليص الطفل من التمركُز حول ذاته؛ بمُساعدته على تكوين العلاقات مع زملائه ومدرسيه، والتعاون مع الآخَرين في المدرسة.

٢) مراعاة ألا يكون النظام في المدرسة نظامًا تسلطيًّا، وألا يُحيط المدرسون أنفسهم بأسباب الرهبة ليَنالوا الطاعة من الطلاب، فالعلاقات الإنسانية في المدرسة إذا كانت تسودها السماحة والودُّ بين المدرسين أنفسهم وبين طلابهم، ينعكس ذلك على الطلاب فنراهم متآخين مُتعاونين، وتُصبح المدرسة مجتمعًا صغيرًا نشيطًا يشدُّ أفراده جميعًا إليه؛ بفضل ما يسوده من علاقات إنسانية مشبعة، وما يُتِيحَهُ لأفراده من فرص التعبير عن أنفسهم وفرص الإبداع والتحقيق.

٣) القيام بأوجه الأنشطة المدرسية المختلفة والتي بدورها تساعد في تلبية حاجات الطفل إلى المكانة والقَبول والإبداع، والتعبير عن الذات، وتنمية المهارات؛ مما يَنعكِس الأمر على شخصية الطالب وصحته البدنية والنفسية معًا.

٤) يجب أن تدعم المدرسة فرص النجاح للطالب؛ حتى يَشعر بالاطمئنان على قدرته على التعلم، وهو شرط أساسي من شروط التكيُّف السليم.

٥) أن يكون المنهج الدراسي مرنًا يُتيح للنشاط الذهني قدرًا كبيرًا من الحرية والاختيار، فأغلب حالات التأخر الدراسي مصدرها منهج دراسي أو مدرس أثار في نفس الطالب الشعور بالعنف والكراهية.

٦) يجب على المدرسة تنمية وغرس القيم الدينية والأخلاقية لدى الطلاب؛ من خلال تدعيم عقيدة التوحيد بداخلهم، وحثهم على التحلي بالأخلاق الإسلامية، والعمل على تطبيقها في

سلوكياتهم اليومية وتعاملاتهم الحياتية؛ حتى ينشأ الطلاب على حبِّ الدين والتمسُّك بتعاليمه والفَخر بشعائره.

٧) احترام وتقبل أراء الطلاب وحاجاتهم.

٨) المساواة والعدل في المعاملة بين الطلاب.

٩) مساعدة الطالب على فهم ذاته والاستبصار بقدراته واحترامها ومحاولة تنميتها.

١٠) إشراك الأسرة في حل أي مشكلة تواجه الطالب في المدرسة.

١١) أن يختار المعلم الطريقة التي يعاقب بها الطالب غير الإيذاء البدني أو اللفظي لما لهما من أثار نفسية كبيرة على الصحة النفسية للطلاب.

ما هي العوامل المتعلقة بالمدرسة والتي تؤثر على الصحة النفسية للطلاب؟

١) التنقلات المتكررة للطلاب من مدرسة إلى أخرى:

إن عملية انتقال الطالب من مدرسة إلى أخرى ليس بالأمر السهل، ولكن له أثاره السلبية على الطالب لأنه بذلك سيفقد زملائه ومعلميه والبيئة الاجتماعية التي تعود عليها، وبالتالي سيحتاج وقت للتأقلم مع البيئة الجديدة وتحتمل هذه التجربة أيضاً إلى النجاح والفشل.

٢) كثرة غياب الطلاب وقلة دافعيتهم للمدرسة:

تتعدد أسباب الغياب ما بين المرض والظروف الأسرية المختلفة وأيضاً أسلوب تعامل بعض المعلمين مع الطلاب كإتباع أساليب العقاب البدني والنفسي وطبيعة علاقة الطالب بزملائه ومدى ارتباطه بهم.

٣) علاقة المعلم بالطلاب:

لقد لاحظ الأطباء النفسيين أن نعت المعلمين لبعض الطلاب وخاصة المتأخرين دراسياً بألفاظ سيئة تجعلهم يكرهون المدرسة وتقل رغبتهم في التعلم، وأيضاً اتباع بعض المعلمين لوسائل العقاب البدني واللفظي مع بعض الطلاب يجعل المدرسة مكان سيئ لدى الطالب، عكس المدرسة التي تعج بالأنشطة والعلاقات الإنسانية بين المعلمين والطلاب واتباع أساليب تربوية تجعل الطالب يتعلم من أخطاءه وتتبع أساليب تربوية للعقاب بديلة عن العقاب البدني واللفظي.

٤) تبديل المعلمين المتكرر:

لكل مُعلم طريقته في التدريس، وعلاقات مع طلابه، فعندما يتغير هذا المُعلم على الطلاب ويأتي أخر يحتاج الطلاب وقتاً كي يعرفوا أسلوبه وحتى المعلم يحتاج فترة من الوقت ليتعرف ويندمج مع طلابه، فاستقرار المعلم والجدول المدرسي مهم لسير العملية التعليمية والتربوية بشكل مستقر.

ما هي العوامل المدرسية التي تساعد في تنمية الصحة النفسية للطلاب؟

١) الجو المدرسي الدافئ الذي يتمتع بعلاقات جيدة بين معلميه وطلابه.
٢) عدم التسلط والقهر.
٣) وضع قواعد تحدد سلوك الطلاب داخل المدرسة، والتأكيد عليهم بعدم خرق هذه القواعد.
٤) إتباع بعض المعلمين للعقاب البدني واللفظي والتقليل من الطلاب ونعتهم بألفاظ سيئة.
٥) خلق أنشطة مختلفة تعمل على اكتشاف وتنمية هوايات الطلاب بحيث كل طالب يجد في المدرسة مكان يستمتع فيه ويمارس هواياته لتوطيد علاقته بالمدرسة.
٦) تنمية روح التعاون بين الطلاب وأيضاً التنافس بينهم.
٧) مساعدة الطالب على فهم قدراته والعمل على تنميتها، والبحث الدائم لكل ما هو إيجابي داخل كل طالب والعمل على تنميته، وتحديد كل ما هو سلبي ومحاولة علاجه.
٨) ضرورة التعاون بين الأسرة والمدرسة في حل مشكلات الطالب.
٩) أن يتناسب العقاب والثواب مع الموقف، وأن يدرك الطالب لماذا عوقب، وأن العقاب موجه لهذا السلوك بالذات وليس له كشخص.
١٠) عدم إذلال الطالب نفسيًا أمام زملائه.

ما هو دور المعلم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب؟

١) إشباع حاجات الطلاب العَقلية والمعرفية والانفعالية، واحترام ميولهم واتجاهاتهم.
٢) تدعيم السلوك المرغوب فيه والذي يتماشى مع قيم المجتمع وثقافته، والعمل على تعديل السلوك غير المرغوب فيه؛ من خلال تقوية الوازع الديني والأخلاقي في نفوس الطلاب، وتشجيعهم على الالتزام بتعاليم الإسلام في جميع سلوكياتهم الشخصية والاجتماعية.
٣) تشجيع الطلاب على النجاح والإنجاز، وتجنيبهم الفشل بقدر المستطاع لتخليصهم من مشاعر العجز والدونية.
٤) استخدام التعزيز الإيجابي أكثر من ممارسة أي نوع من العقاب، مع عدم الإكثار من النقد؛ بل إظهار المدح والاستحسان كلما أمكن ذلك.
٥) إكساب الطلاب اتجاهات إيجابية نحو المَدرسة والتعليم والعمل والمجتمع، والعمل على جعل جوِّ المدرسة والفصل جوًّا محببًا للطفل، يَسوده الحب والمشاركة الوجدانية والحرية في التعبير وإشباع الدوافع النفسية والاجتماعية.

ما هي الاحتياجات النفسية التي يحتاجها الطفل في هذه المرحلة حتى ينمو نموًا سليمًا (ضرورات النمو) ؟

١ -الحاجة للعب والنشاط والحركة.

تعتبر هذه الحاجة ذات فوائد كبيرة خاصة للنمو الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي لدى الطفل.

- فعن طريقها تنمو أعضاء الجسم من حيث العضلات والأوتار والمفاصل، وتبعث الرضا والارتياح في نفس الطفل.
- اللعب والنشاط الهادف يشبع حاجات الطفل لحب الاستطلاع – المعرفة – فهمه للعالم المحيط حوله، كما يساعد في بناء شخصيته من خلال تعاونه مع الآخرين وإنجازه لمهام تزيد ثقته بنفسه.
- من خلال اللعب يتعلم السلوك الاجتماعي كالمشاركة وعدم الأنانية – يقوي علاقاته بالأطفال الآخرين.
- من الناحية الانفعالية هو وسيلة للتنفيس عن الطاقة الزائدة للطفل – والتعبير عن النفس وأحياناً يمكن علاج بعض السلوكيات لدى الأطفال عن طريق اللعب.
- ومن خلال اللعب يشبع الطفل حاجات أخرى مهمة مثل (الحاجة إلى البحث والمعرفة والاستطلاع والإنجاز والنجاح، وبناء الشخصية).

ما هي متطلبات إشباع هذه الحاجة لدى الطفل؟

- إتاحة وقت مخصص للعب.
- توفير مكان آمن.
- اختيار الألعاب المناسبة التي تتلاءم مع سنة وميوله وهواياته.

ومن المهم تمتع الطفل بالراحة بعد اللعب لما لها من أهمية في عملية النمو لتحقيق النمو السليم.

٢ -الحاجة للحب والأمان.

- الحب هو من أهم الحاجات الانفعالية التي يسعى إليها الطفل بأن يكون محبوباً من أفراد أسرته وأقرانه ومن حوله حتى تنمو لديه تحقيق الذات وتنمية الشعور ثقته بنفسه.
- والطفل دائماً يريد أن يشعر أنه مرغوب فيه وأنه ينتمي إلى جماعة وبيئة اجتماعية وعادات وتقاليد وصداقات، أما الطفل الذي لا يشبع هذه الحاجة (الحب – الأمان) فإنه يعاني من

(الحرمان العاطفي) ويشعر أنه غير مرغوب فيه ويصبح سيئ التوافق ثم مضطرباً نفسياً (حامد زهران).

- يقول دسوقي (إن تمتع الطفل بالحب يترك آثارًا إيجابية على شخصيته المستقبلية، فينمو شخصًا محبًا لمعلميه، لأصدقائه، للناس ولن يكون عدوانيًا أو يخاف من الآخرين.
- والحب المقصود هنا هو الحب المعتدل الذي لا يميل إلى التعلق الزائد بالأسرة الذي يجعل الطفل لا يعتمد على نفسه وإنما اتكاليا فهذا الحب يدمر شخصية الطفل.
- وأحيانًا يلجأ كثيرًا من الأطفال ممن يعانون من نقص الحب والأمان في أسرهم لفعل سلوكيات خاطئة بغرض لفت انتباه الأسرة كي يعطوهم الاهتمام والرعاية وأن يعطوهم الحاجة المفقودة لديهم فالسلوك هنا يقصده الأطفال بغرض إشباع الحاجة.
- يقول دكتور سبوك (إننا كآباء يجب علينا أن لا نجعل الطفل يشعر في أي مرحلة من مراحل عمره بأنه منبوذ ولو حتى بمجرد نظرة عين، إن الطفل لا يستطيع أن يفرق بين كراهية والديه لسلوكه وبين كراهيتهما له).

ما يجب أن يفعله الآباء والمربين لإشباع هذه الحاجة؟

١) تقبل مشاعر الأطفال

٢) يجب أن يكونوا ودودين ومتعقلين بقدر الإمكان سلوك الطفل.

٣) يجب على المعلمين رعاية ظروف الطلاب فمنهم من فقد أباه ومنهم من فقد أمه ومنهم من يعيش مع بعض الأقارب (أي الجانب الإنساني للطلاب)

٤) أن نفرق بين حبنا للطفل وكرهنا للسلوك الغير مرغوب فيه لدى الطفل.

٥) عدم التفريق بين الأبناء في الآسرة.

٦) زرع روح المسئولية للطفل الكبير بحيث يكون مسئولاً عن الصغير.

٣ - الحاجة إلى الإنجاز.

من خلال الانجاز يشعر الطفل بنفسه كشخص مستقل وتنمو لديه المسئولية، وتنمو لديه هذه الحاجة عندما يتم تكليفه بشيء ما، ويتم تنفيذه تبعًا لقدراته ومهاراته والثناء عليه وتقديره بأنه قام بالمهمة على أكمل وجه، وعكسها هو شعور الطفل بالنقص وعدم الرضا عن نفسه.

ما يجب أن يفعله الآباء والمربين لإشباع هذه الحاجة؟

١) عدم تكليف الطفل بأشياء تفوق مهاراته وإمكاناته بحيث لا يشعر بالنقص.

٢) أن يكونوا حذرين في منح المكافآت.

٣) ضرورة التعرف على ميول ورغبات الطفل وتنميتها.

٤) يجب أن يُعلموا الطفل أن الفشل في حد ذاته مظهر من مظاهر التعلم وأن الانسان من الطبيعي أن يفشل لكي يتعلم وينجح ولكن لا يكرر نفس الفشل.

٥) أن يمتدح المعلمون والآباء الإنجازات التي قام بها الطفل حتى وإن كانت بسيطة كي يشعر بالرضا عن نفسه وينمو لديه شعور الثقة بالنفس.

٦) تجنب انتقاد الطفل أمام أقرانه، أو مقارنته بهم حتى لا يتولد الشعور بالعداوة.

٤ -الحاجة إلى الانتماء

- الطفل بحاجة إلى أن ينتمي لجماعة يأخذ منهم عاداتهم وتقاليدهم والحماية والمساعدة ويكون عضو مؤثر فيها ويتأثر بهم.
- يقول د/شحيمي (هذه الحاجة طبيعية لإشباعها من قبل الوالدين في الأسرة ثم تتسع مع الاصدقاء ثم تتسع لتشمل المجتمع، لكن الذين لا يتلقون الرعاية الأسرية الكافية والاهتمام الكافي تتزعزع علاقاتهم الاجتماعية بالآخرين.

كيف نكتشف نقص هذه الحاجة لدى الأطفال؟

١) إذا شعر الطفل بأنه مُهمل ومنبوذ من الآخرين أو لا يجد العدد الكافي من الأصدقاء لمشاركتهم ويكون عضواً فعالاً معهم فإن هذا الطفل يعاني من نقص حاجة الانتماء.

٢) تظهر هذه الحاجة لدى الطلاب أثناء عدم مشاركتهم للأنشطة، عدم تكوين صداقات داخل المدرسة، عدم التفاعل مع المحيط المدرسي، كل هذه الأمور تؤثر سلباً على سلوكيات الطفل ونجد كثيراً من المشكلات السلوكية بسبب نقص هذه الحاجة.

- ولكي يشعر الطفل بالرضا عن حياته يحتاج لبعض الإحساس بالانتماء ويحتاج للإلتقاء بأشخاص يحبهم ويحب أن يتواجد معهم، وعندما يغيب من المدرسة يسألون عنه وأنه مفتقد، ولابد من ملاحظة مثل هؤلاء الطلاب في مدارسنا والعمل على إعطائهم مزيد من الاهتمام.
- أحياناً نجد آباء يبثون في أطفالهم فكرة نبذ الآخرين وعدم التودد للناس بصفة عامة، وأحياناً يظل الطفل وحيداً دون مخالطة الآخرين ، وأحياناً نجد أن هناك طفل يتجنبه باقي زملائه، وإذا لاحظنا وجود ذلك فإن الطفل وقتها يشعر بنوع من الإحباط وعدم الانتماء للمدرسة ولا زملائه وبالتالي نجد أن هذا الإحباط ينعكس على سلوكه.

- على الأسرة تنمية شعور الطفل بالانتماء، وعلى المدرسة دمج الطلاب الذين يشعرون بعدم تكيفهم في المجتمع المدرسي.

٥ -الحاجة للمشاركة واحترام الذات

تعد هذه الحاجة ذات أهمية بالغة بالنسبة لتثبيت حاجة الطفل للإنجاز والنجاح ولا يقضي على القدرة على الابتكار عند الطفل شيء سوى الإهمال وعدم التشجيع، ولا يضعف شخصية الأطفال ويقتل ثقتهم في أنفسهم شيء مثل النشأة في بيئة لا تمكنهم من الاقتناع بقدراتهم على اتمام أعمالهم، وتشجيعهم عليها وامتداحهم.

إننا حين نحرم الطفل من امتيازاته، وعندما لا نتيح له في الفرصة في المشاركة والتعبير عن الآراء، ونرفض العمل الذي أداة أو نقلل منه أو لا نعطيه الاهتمام الكافي، وعندما نُهمل الطفل الخجول من المشاركة فإننا بذلك نزيد من حاجة الطفل إلى المشاركة واحترام الذات.

ما يجب أن يفعله الآباء والمربين لإشباع هذه الحاجة؟

١) على المعلم أن يشارك الطلاب في وضع معايير داخل الصف، ويطلب منهم آرائهم في آية مشكلات قد تواجه الصف أثناء اليوم الدراسي.

٢) إعطاء الطلاب فرصة في تقييم أعمالهم.

٣) يجب وضع الطلاب في دور المسئولية وأن يأخذ كل طالب الاهتمام الكافي من المعلم حتى يشعر بالرضا عن نفسه.

٤) يجب على الآباء والمعلمين مدح أعمال الطفل حتى يثق في نفسه ويكون صورة إيجابية عن ذاته.

٥) إن النمو السوي للذات وتنمية مفهوم صحي وموجب للذات يحتاج إلى إشباع هذه الحاجة.

٦ -الحاجة لتعلم المعايير السلوكية.

يحتاج الطفل إلى من يساعده على تعلم سلوكياته نحو الأشخاص والأشياء وهذه المعايير تحددها المجتمعات وتقوم وسائل التربية (الأسرة والمدرسة والإعلام) بتعليمها للطفل ذلك التعليم الذي يساعده على التوافق مع المجتمع، والطفل له حقوق وعليه واجبات فهو بحاجة ماسة إلى من يعلمه حقوقه وواجباته وما يجب عليه فعله وما يجب عليه تركه وما يصح أن يفعله مع الجماعة وما يصح فعله وحده.

الفصل الثاني: التنشئة الاجتماعية

يقول الإمام الغزالي رحمه الله

(فالطفل إذا أُهمل في ابتداء نشوئه خرج في الأغلب رديء الأخلاق كذابًا، حسودًا، سروقًا، نمامًا، لحوحًا، ذا فضولٍ، وضحكٍ ، ومجانةٍ، وإنما يحفظ عن جميع ذلك بحسن التأديب).

ما معنى التنشئة الاجتماعية ؟

هي العملية التي يتم من خلالها تعلم الأفراد قيم وعادات وتقاليد ولغة المجتمع، والسلوك المتوقع منهم كأعضاء أسوياء في المجتمع ويتم ذلك من خلال التفاعل داخل الأسرة و المدرسة وحتى مع الزملاء.

ما هي الأساليب الخاطئة في تربية الأطفال؟

لا شك أن معظم الانحرافات والاضطرابات النفسية والسلوكية نشأت في بيئة مضطربة، أو اتبعت بعض الأساليب الخاطئة في عملية التنشئة الاجتماعية سواء كانت في الأسرة أو المدرسة وإليكم بعض هذه الأساليب : -

١) أسلوب الحماية الزائدة.

٢) أسلوب التسلط والقسوة.

٣) أسلوب الإهمال.

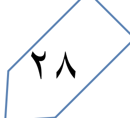
٤) أسلوب التذبذب والتناقض.

٥) إثارة الألم النفسي.

٦) أسلوب التفرقة بين الأبناء.

٧) أسلوب التدليل.

٨) أسلوب العقاب.



أولاً: الحماية الزائدة:

وهي قيام أحد الوالدين أو كليهما نيابة عن الطفل بالواجبات والمسئوليات التي ينبغي على الطفل القيام بها ويستطيع هو أن يقوم بها، مثل(اختيار الملابس – اختيار الأصدقاء – العناية الشخصية...الخ) والتدخل في كل كبيرة وصغير حتى يمكن الاعتماد الكامل على الأبوين بحجة الخوف وضمان سلامة الطفل ومن هنا ينشأ الطفل عديم المسؤولية والشخصية.

ما أسباب الحماية الزائدة على الأبناء من قبل الوالدين؟

- خوف الوالدين على الطفل خاصة اذا كان هو الطفل الأول أو الوحيد.
- أن يكون هذا الطفل جاء بعد طول انتظار للأسرة.
- أن يكون ولد وحيد بين عدد من البنات.
- إصابة الطفل بمرض خطير أو صعوبة ظروف الولادة.
- قلة الخبرة في عملية التربية عند الوالدين.

ما هي النتائج المترتبة على استخدام هذا الأسلوب في التربية؟

- ينتج شخصية ضعيفة غير قادرة على تحمل المسؤولية، وغير ناضجة، وغير طموحة.
- يصر على تنفيذ رأيه دائماً لأنه تعود على تلبية جميع احتياجاته ورغباته.
- كثير البكاء وسرعان ما يظهر عليه نوبات الغضب.
- خاضع ومعتمد على الغير في كل الأمور الحياتية.
- لا يتبع قواعد التهذيب والنظام ولا يستجيب لأي توجيهات، وكثير الملل.
- منعدم الخبرة لأنه حُرم من التجريب ما بين الصح والخطأ.
- قليل الصبر ولا يتحمل أي ضغوط تقع عليه حتى ولو كانت بسيطة.

وتشير الدراسات والإحصائيات النفسية إلى أن (حالات القلق والمشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية تنتشر أكثر بين الأسر المفرطة في التدليل للأطفال أكثر من الأسر الحازمة التي تُعود الطفل على تحمل المسئولية وتساعده على بناء الشخصية)

ثانيًا: أسلوب التسلط والقسوة.

- ويتمثل في فرض الأب أو الأم أو المعلم رأيه على الطفل ومنعه من القيام بسلوك معين لتحقيق رغباته، حتى لو كانت هذه الرغبات مشروعة.
- إلزام الطفل القيام بمهام وواجبات تفوق قدراته وإمكانياته عن طريق استخدام العنف أو الحرمان، فيشعر الطفل بالكبت والقهر من قبل الوالدين.
- قد يعلل بعض الآباء قسوته على أطفاله بحجة أنه يحاول دفعهم إلى المثالية في السلوك والمعاملة والدراسة، ولكن أحياناً تأتي هذه القسوة برد فعلي عكسي فيكره الطفل الدراسة نتيجة قسوته.
- إن إصرار الآباء المستمر على طاعة أبنائهم لهم في كل كبيرة وصغيرة وزيادة الأوامر الكثيرة تولد ما يسمى " بالعناد المستمر "
- إن استخدام القسوة في التربية بشكل مفرط يؤدي إلى شعور الطفل بحالة من القلق والتوتر والكذب مما تجعله لا يستمتع بالحياة وتفقده الثقة بالنفس، ويستمر هذا الشعور معه إلى مرحلة البلوغ والمراهقة ثم يخرج بصورة عدوانية أكثر.

ما هي النتائج المترتبة على استخدام أسلوب القسوة والتسلط على شخصية وسلوك الطفل؟

١) شخصية متمردة عادة ما تخرج عن القواعد ولا تحترمها.
٢) أن يكون شخصية عدوانية كنوع من التنفيس.
٣) شخصية مخربة لممتلكات الغير.
٤) شخصية قلقة خائفة دائمًا ممن له السلطة لأنه تعود وتربى على القهر وليس الحوار.
٥) شخصية تعاني من عدم الثقة بالنفس وعدم احترامها وبالتالي عدم احترام الغير.
٦) يشعر بعدم القدرة على إبداء الرأي وعدم المناقشة.
٧) يحب أحياناً تعذيب بعض الحيوانات والطيور لرغبته في الانتقام.

ثالثًا :أسلوب الإهمال.

- وهو أن يترك الوالدين الطفل دون تشجيع على سلوك مرغوب فيه، أو عدم معاقبته على سلوك غير مرغوب فيه.
- فشل الأسرة في توفير الحماية والرعاية اللازمة للطفل وتوفير الاحتياجات الضرورية واللازمة له كي ينمو نموًا سليمًا مما يُشعر الطفل بأنه منبوذ ومكروه من قبل الآخرين وأنه يعيش في عالم غير أمن.
- إن شعور الطفل بالإهمال يجعله يقوم بأشكال من السلوك الشاذ **للفت الانتباه** إليه (كالهروب من المدرسة – السرقة – الكذب – العدوانية وغيرها)

ما الأسباب التي تجعل الطفل يشعر أنه مُهمل ومنبوذ من قبل الوالدين؟

١) عدم تلبية احتياجات الطفل الأساسية (كالمأكل والمشرب والملبس وغيره
٢) التهديد المستمر باستخدام العقاب البدني لتعويده على النظام والنظافة وغيرها.
٣) توجيه النقد والسخرية له ومقارنته بأطفال آخرين.
٤) عدم تسجيل الطفل في مدرسة عندما يبلغ سن المدرسة لأنه حق من حقوقه.
٥) عدم متابعة الطفل في مدرسته والسؤال عليه والاهتمام به.

ما هي النتائج المترتبة على استخدام أسلوب الإهمال على شخصية وسلوك الطفل؟

١) فقدان الإحساس بذاته نتيجة الإهمال.
٢) تكون شخصية الطفل قلقة و مترددة.
٣) من السهولة أن يخالف الطفل حدود النظام لأنه الأسرة لم تهتم بتربيته على احترام القواعد.
٤) يفقد الطفل العناية و الاهتمام.
٥) لا يحترم الطفل حقوق الغير.

رابعًا: أسلوب التذبذب والتناقض.

يتمثل هذا الأسلوب في عدم وضع قواعد من الأم والأب أو المعلمين في المدرسة على عملية الثواب والعقاب فالطفل أحياناً قد يثاب على سلوك مرة ويعاقب على نفس السلوك مرة أخرى أو أن يقبله الأب أو لا تقبله الأم، أو يعاقبه أحد المعلمين على سلوك وأخر لا يعاقبه فهنا لا يستطيع التمييز ما بين الصواب والخطأ مما يزعزع ثقته بنفسه ويقلل من قدرته على التوافق السليم مع الآخرين. وهو ما يعرف (بالازدواجية في التربية)أو أن يكون الأب شديد وصارم في معاملته والأم متساهلة فيعاقب على سلوك من الأب ولا يُعاقب على نفس السلوك من الأم.

ما هي النتائج المترتبة على استخدام أسلوب التذبذب والتناقض على شخصية وسلوك الطفل؟

١) عدم ثقة الطفل بنفسه، وعدم القدرة على اتخاذ القرار، وظهور حالة من التذبذب.

٢) ظهور حالة من القلق المرضي بسبب عدم القدرة على توقع ردود الأفعال من التصرفات التي يقوم بها من قبل الآخرين.

٣) قد يؤدي هذا الأسلوب إلى الانحراف السلوكي عند الأبناء.

٤) من الآثار السلبية لهذا الأسلوب فقدان الأبوين مصداقيتهم أمام الطفل.

٥) يؤدي إلى تشتت ذهن الطفل وعدم ثبات القيم والمعايير وما هو مقبول وما هو مرفوض وهذا التشتت يجعل الطفل في ضغط نفسي شديد يدفعه إلى ارتكاب الخطأ.

٦) تتسم شخصيته بأنها متقلبة المزاج تميل إلى العصبية.

إذن فلابد من وضع قواعد للطفل سواء في المنزل أو المدرسة وتحديد ما هو مطلوب منه القيام به وحتى عند معاقبته لابد وأن يعرف الطفل لماذا عوقب.

خامسًا: أسلوب إثارة الألم النفسي.

هو إشعار الطفل بالذنب كلما قام بسلوك غير مرغوب فيه، وتحقيره والتقليل من شأنه والتوبيخ له ودائماً يبحث الوالدين عن أخطائه فقط لنقد سلوكه.

- يتسبب هذا الأسلوب في خلق شخصية دائمًا مترددة وخائفة من ردة فعل الآخرين بالنقد له والسخرية منه، وبالتالي لا يشعر بالثقة بالنفس، ولا باحترام الذات.
- وعندما يكبر هذا الطفل عادة ما تكون شخصية انسحابيه منطوية تتحاشى التفاعل مع الآخرين، دائمًا لا يثق في أي عمل يقوم به لنظرته السيئة عن نفسه.

ما هي النتائج المترتبة على استخدام أسلوب الألم النفسي على شخصية وسلوك الطفل؟

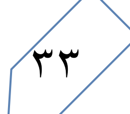
- شخصية منطوية تتحاشى الآخرين.
- عدم الثقة بالذات.
- الشك والريبة في البيئة المحيطة به بسبب كثرة اللوم والتوبيخ الذي وجه له من قبل.
- عدم القدرة على توظيف الإمكانيات لعدم إيمانه بقدراته.
- شخصية تغفل الذات وتتباهى بالآخرين من الأقارب والأصدقاء.

سادسًا: أسلوب التفرقة بين الأبناء.

ويقصد به عدم المساواة بين الأبناء بين الصغير والكبير أو بين الجنسين (ذكر وأنثى) أو طفل أصغر أو أكبر أو بين طالبين بسبب اختلاف الذكاء والميل إلى أحدهما دون الأخر أو بين صاحب السمات الشخصية الجذابة وغير الجذابة أو بين الهادئ والمشاكس أو بين المتزن والمتهور أو أي سبب كان وهذا الأسلوب يؤثر على نفسيات الآخرين وعلى شخصياتهم فيشعرون بالحقد والحسد تجاه الطفل المفضل.

ما النتائج المترتبة على أسلوب التفرقة بين الأبناء؟

- يخلق شخصية أنانية (محبه للاستحواذ تعودت أن تأخذ ولا تعطى).
- شخصية حاقدة.
- شخصية تعرف مالها ولا تعرف ما عليها.



سابعًا: أسلوب التدليل.

يتمثل التدليل في تعويد الأطفال على تحقيق جميع رغباتهم وعدم توجيههم لتحمل أي مسؤولية تتناسب مع مراحل النمو التي يمرون بها. حتى أن البعض قد يشجع الطفل أحيانا على السلوك غير المرغوب فيه دون أن يوجهه أو ينتقده حتى لا يغضبه.

ما الأسباب المؤدية إلى استخدام التدليل من قبل الوالدين؟

- حينما يكون الطفل وحيدا.
- معاناة الأم أثناء الحمل بالطفل (فكلما تعبت عليه زاد تدليلها له).
- نقص الخبرة في تربية الأبناء وخصوصا الطفل الأول.
- الميلاد المتأخر (انقطاع الحمل لسنوات).
- ضعف جسم الطفل أو أصابته بمرض.

وما هي مظاهر التدليل؟

- ضحك الأب عند عمل سلوك غير مرغوب.
- زيادة المصروف بما يفوق حاجته.
- عدم إشعاره بأخطائه.

ما نتائج التدليل على الشخصية ؟

- شخصية قلقة تتخبط في السلوك.
- شخصية متسيبة.
- شخصية معتمدة على الآخرين غير قادرة على تحمل المسئولية.

ثامنًا: أسلوب العقاب.

والعقاب هو إنزال الأذى على الطفل بهدف ضبط سلوكه أو تعديله، والابتعاد على السلوكيات الغير مرغوب فيها من قبل الأهل أو المجتمع.

ويرى بعض المربين أن العقاب ضروري من أجل غرس عملية التطبيع الاجتماعي لدى الطفل أي إبعادهم بالعقاب عن ما هو غير مرغوب فيه، ويضع لهم حدودًا لا يتجاوزونها.

ما أنواع العقاب؟

١) العقاب الجسدي .

لا تزال العقوبات الجسدية محل خلاف بين كثير من علماء التربية وهي بين مؤيد ومعارض والمؤيدون يرون فيها نتائج إيجابية ملموسة وخاصة في عملية الإقلاع عن السلوك الغير مرغوب فيه. والمعارضين يرون فيها أنها تذل كرامة الإنسان وتُميت فيه روح الإبداع.

وللأخصائي (ألن فروم) وجهة نظر هامة في موضوع العقاب الجسدي وهي : -

- أنك إذا قمت بضرب طفل فسيخافك ويكرهك.
- سيتعلم الطاعة العمياء بدلاً من فهم المعايير الأخلاقية والعمل بها.
- الضرب يُنبت السلوك السيئ للطفل أكثر مما يعمل على إزالته.

٢) العقاب النفسي.

مثل النقد واللوم والتوبيخ والتقليل من شأن الطفل أو السخرية منه أو نبذه بألفاظ قد تترك أثارًا سيئة في نفسه فتشعره بتحقير ذاته، ويُستخدم هذا الأسلوب عندما يقوم الطفل بعمل سلوك غير مرغوب فيه ويعالجه الوالدين أو المعلمين بهذه الطريقة.

- عقوبات أخرى مثل (حبس الطفل في غرفة مظلمة – عدم الحديث معه حرمان الطفل من المصروف ...الخ) كل هذه الأساليب تترك أثارًا سلبية في نفس الطفل وتنبت بداخله المشكلات السلوكية ومن ثم الاضطرابات النفسية التي تعيق عملية نموه فينمو مضطرب السلوك والشخصية.

ما أثار العقاب على شخصية وسلوك الطفل؟

هناك بعض الأمراض النفسية والعقلية التي يسببها العقاب مثل

(الخوف والرعب والجبن وكبت الحريات وقتل الجمال والإبداع وعدم القدرة على الابتكار، واللامبالاة وافتقاد القدوة الحسنة وعدم شعورة بالأمن والأمان والتوتر العصبي للطفل، والتبول اللاإرادي والأحلام المفزعة أثناء النوم، وقضم الأظافر وغيرها من الأمراض النفسية والعقلية وأيضاً الأمراض الاجتماعية مثل (السرقة – الكذب – عدم وجود قدوة يقتدي بها تعلمه الصح من الخطأ وحتى عندما يقوم المعلم بضربه فيكره المدرسة ومادته العلمية والتعليم.

- الضرب يحطم شخصية الطفل، ويجرح كرامته ويشعره بالإهانة.
- يحدث أثارًا نفسية وجسدية سيئة.
- حين يتعود الطفل عليه يفقد قيمته وفعاليته في العملية التعليمية والتربوية.
- الضرب يعكس شخصية المعلم الضعيفة وقلة الحيل والوسائل البديلة.



- تكرار استخدام أسلوب الضرب من قبل المُعلم يعكس ضعف العلاقة بينه وبين طلابه، وفقره التربوي في التعامل مع سلوكيات الطلاب بطرق تربوية أكثر فاعلية.
- قد يؤدي الضرب إلى سلوكيات سيئة من قبل الطالب مثل الغياب والهروب من المدرسة ويمكن أن يصل به إلى الانحراف.

هناك شروط هامة يجب إتباعها عند استخدام العقاب حتى يكون فعالاً ولا يؤدي إلى آثار سلبية في نفوس الأطفال:

١) يجب أن يكون العقاب على قدر الخطأ.
٢) يُفضل أن يسبق العقاب إنذارًا، وإشعار الطفل أنه ما يقوم به خطأ وإذا تكرر فيجب معاقبته حتى نترك الفرصة للطفل أن يراجع نفسه ويستفيد من خطاءه.
٣) يجب أن نقوم بوضع قواعد للطفل أولاً قبل العقاب فأحيانًا يقوم الطفل بسلوك لا يعرف أنه خطأ ويُعاقب عليه.
٤) أن لا يجرح العقاب كرامة الإنسان ويشعره بالدونية مثل الصفع على الوجه.
٥) لا يكون العقاب أمام الأغراب ويفضل بين الأب وابنه بحيث لا يشعر الطفل بالإهانة كلما رأى من عوقب أمامهم.
٦) عدم الإسراف في عملية العقاب، واستخدام اسلوب التجاهل في أشياء لا تمثل خطرًا على الطفل أو لا تتعارض مع العادات والقيم والمعايير الاجتماعية.
٧) ضرورة توجيه المزيد والمزيد من النصح والتوجيه للطفل أولاً قبل العقاب.
٨) يجب أن يعلم الطفل لماذا عوقب، فتوقيع جزاء بدون سبب يفقده القدرة على الاستفادة من أخطاءه.
٩) حين نعاقب علينا أن نلتزم بالهدوء وعدم الميل إلى الانتقام والصراخ في وجه الطفل.
١٠) من الضروري أن نراعي مبدأ الفروق الفردية حتى في العقاب (الولد غير البنت - السوي وغير السوي -وما إلى ذلك).

رأي علماء النفس في مسألة العقاب

يرى ثورنديك أن أثر الثواب في العملية التعليمية أقوى من العقاب، لأن العقاب يترك أثارًا سلبية في نفس المتعلم وينفره من عملية التعلم.

ما الطرق التربوية السليمة للتعامل مع الطفل في هذه المرحلة حتى يتمتع بصحة نفسية سليمة خالية من المشكلات النفسية والسلوكية؟

- توجيه النشاط الحركي الزائد الذي يتسم به الطفل في هذه المرحلة إلى الأنشطة الرياضية والترويحية والترفيهية والهوايات.
- العمل على تحقيق إشباع الحاجات النفسية للأطفال في هذه المرحلة .
- الحرص على تهيئة الجو النفسي والاجتماعي السوي والخالي من التوتر المحيط بالطفل سواء في الأسرة أو المدرسة.
- تعويد الطفل على القيام بمفرده بالنظافة الشخصية كالدخول للحمام، غسل الأسنان، ارتداء الملابس....وغيرها.
- وضع قواعد للنظام للطفل سواء في البيت أو المدرسة وتعويده على احترامها حتى ينشأ يحترم نظام المجتمع.
- إدماج الطفل في الجماعات الرياضية والاجتماعية والثقافية في المدرسة.
- إكسابه مهارات الاتصال والتفاعل الاجتماعي مع الأقران والكبار.
- تشجيع الهوايات الشخصية للأطفال وتنميتها؛ كالرسم وكرة القدم وغيرها.
- الرد على أسئلة الأطفال وعدم صد تساؤلات الأطفال سواء المرتبطة بالنواحي الجنسية أو غيرها بما يتناسب مع سن الطفل.
- إكسابه قواعد الآداب العامة والعادات والتقاليد والأعراف.
- تعلم المهارات الجسمية اللازمة للألعاب، وتنويع الأنشطة الرياضية للأطفال في هذه المرحلة بين الجري والتسلق والقفز والزحف ولعب الكرة والرمي ...إلخ
- تنمية مهارات اللعب الجماعي مع الأصدقاء.
- تعويد الطفل على صداقات أقرانه وتشجيعه على اتساع شبكة علاقاته الاجتماعية.
- إبعاد الطفل عن مشاهدة نماذج العدوان وأفلام العنف؛ حيث إنّ ذلك يزيد من سلوكه العدواني والتوحد معها وتقمص هذه الشخصيات العنيفة والعدوانية.
- تنمية مهارات القراءة للقصص ومجلات الأطفال الهادفة.
- التعامل التربوي في مرحلة الطفولة المتأخرة وهي تختص بالأطفال ما بين التسع والاثنتي عشرة سنة.
- الاهتمام بالتغذية المتكاملة في هذه المرحلة، ومراعاة الاهتمام بالصحة العامة والنشاط الرياضي .

- تنمية الميول والاهتمامات والمواهب وتشجيعها من خلال الأنشطة المدرسية والأسرة والنادي .
- العمل على توسيع الاهتمامات العقلية وتنمية حب الاستطلاع لدى الأطفال في هذه المرحلة.
- أهمية إشباع الحاجات النفسية للأطفال في هذه المرحلة.
- تنمية احترام الكبار والأقران والآخرين.
- تدريب الطفل على ممارسة الألعاب الرياضية والهوايات المختلفة، وتنمية الاتجاهات النفسية للأطفال نحو المدرسة والمسجد والنادي وكافة المؤسسات الاجتماعية والجماعات في المجتمع
- دمج الأطفال في بوتقة الجماعات المدرسية المختلفة.
- تعويد الطفل على روح الإيثار والبعد عن الأنانية والنرجسية وحب الذات، وتعويده على روح التعاون والعمل مع الجماعات والتضحية من أجل الجماعات السوية.
- تنمية روح التنافس الجماعي لا التنافس الفردي بين الأطفال من خلال أنشطة المدرسة الرياضية والثقافية والاجتماعية والترفيهية.
- تنمية الضمير (الأنا الأعلى) عن طريق القدوة الحسنة في السلوك الأسري والمدرسي والاجتماعي من خلال الأنشطة الدينية.

الجزء الثالث: مرحلة المراهقة.

مقدمة في مرحلة المراهقة

- يصف (هول) المراهقة بأنها هي الولادة الثانية للإنسان حيث أن مغادرة الوليد للرحم هي الولادة النفسيّة الأولى ، والمراهقة التي هي إلى الرشد ، هي الولادة الثانية .

ما الفرق بين البلوغ و المراهقة؟

تعريف البلوغ: القدرة على الإنسال، أي: اكتمال الوظائف الجنسية عنده وذلك بنمو الغدد الجنسية، وقدرتها على أداء وظيفتها".

أما المراهقة: فهي تعني التدرج نحو النضج (الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي)

وعلى ذلك فالبلوغ ما هو إلا جانب واحد من جوانب المراهقة، كما أنه من الناحية الزمنية يسبقها، فهو أول دلائل دخول الطفل مرحلة المراهقة.

يشير ذلك إلى حقيقة مهمة، وهي أن النمو لا ينتقل من مرحلة إلى أخرى فجأة، ولكنه تدريجي وبشكل مستمر ومتصل، فالمراهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مراهقاً بين عشية وضحاها، ولكنه ينتقل انتقالاً تدريجيًا، ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه.

رأي بعض علماء النفس في مرحلة المراهقة

❖ يقول الدكتور جاب الله روان أستاذ علم النفس:

إن المرحلة الثانوية باعتبارها مرحلة المراهقة يتعرض فيها الشاب لبعض التغيرات في وظائف الأعضاء الداخلية فيترتب عليها تغيرات نفسية تتسم ببعض الخصائص في التفكير حيث يسعى لإثبات ذاته وتحقيق أهدافه الشخصية والتمرد على العادات والتقاليد والسياق الاجتماعي ويصاحب ذلك تغيرات انفعالية، ومشاكل الشباب الرئيسة في هذه المرحلة تدور حول الحب والزواج والأفكار التي تسيطر عليهم خاصة المرتبطة بالجنس الآخر وأحلام اليقظة المستمرة وعدم التركيز.

هل مرحلة المراهقة في حد ذاتها تمثل أزمة؟ ولماذا؟

إن مرحلة المراهقة هي مرحلة عدم استقرار نفسي، لكنها لا تمثل أزمة مطلقاً إذا ما أحسن تهيئة المراهق وتهيئة المناخ الطبيعي للتعامل معه ، فالأسرة في هذه المرحلة هي حجر الزاوية في الوقاية والعلاج، وأسباب الظواهر المنحرفة لدى بعض الشباب من أسرهم متعددة ففيها (التفكك الأسري، وعدم الرقابة، وانفصال الوالدين، وعدم غرس الوازع الديني خلال المراحل المبكرة، وعدم إكسابهم القيم والمبادئ العليا، وافتقاد الشاب القدوة التي يحتذي بها في الأسرة أو خارجها)

- إن مرحلة المراهقة هي مرحلة نمو عادي وليست بالضرورة أزمة في كل المجتمعات، لأن المراهقين في سلوكهم وتصرفاتهم ومشكلاتهم يعكسون أثر البيئة الاجتماعية التي نشأوا فيها.
- المراهقة لا تتخذ نمطاً أو شكلاً واحداً بل قد تتخذ أشكالاً مختلفة وأنماطاً متعددة باختلاف البيئة المحيطة بالمراهق، وأن العامل المسئول عن أشكال المراهقة أو تعقدها هو البيئة الاجتماعية بما تشمله من عوامل الاحباط والصراع.

ما هي أنماط المراهقة أو أشكال المراهقة؟

- المراهقة المتكيفة:

وهي المراهقة الهادئة نسبيًا والتي تميل إلى الاستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة ، وغالبًا ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة ، كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ، ولا يسرف المراهق في هذا النمط في أحلام اليقظة أو الخيال أو الاتجاهات السلبية ، أي أن المراهق هنا أميل إلى الاعتدال .

- المراهقة الانسحابية المنطوية :

وهي صورة مكتئبة تميل إلى الانطواء والعزلة والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي ، وعلاقات المراهق الخارجية الاجتماعية ضيقة ومحدودة ، وينصرف جانب كبير من تفكير المراهق إلى نفسه ، وحل مشكلات حياته أو إلى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية ، كما يسرف في الاستغراق في الهواجس وأحلام اليقظة ، وتصل أحلام اليقظة في بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية.

- المراهقة العدوانية المتمردة :

ويكون فيها المراهق متمرداً على السلطة سواء سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي ، كما يميل المراهق إلى توكيد ذاته والتشبه بالرجال ومجاراتهم في سلوكهم كالتدخين ،

والسلوك العدواني عند هذه المجموعة قد يكون صريحاً مباشرًا يتمثل في الإيذاء أو قد يكون بصورة غير مباشرة يتخذ صورة العناد ، وبعض المراهقين من هذا النوع قد يتعلق بالأوهام والخيال وأحلام اليقظة ولكن بصورة اقل مما سبقها .

- المراهقة المنحرفة :

تتمثل في الانحلال الخلقي والانهيار النفسي ، حيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع ويدخلها البعض أحيانا في عداد الجريمة أو المرض النفسي والمرض العقلي .

ما هي الحاجات التي يسعى المراهق لتحقيقها؟

١ . الحاجة إلى الاستقلال .

يشعر المراهق أنه وصل إلى درجة من النضج الانفعالي التي تؤهله للاستقلال النفسي عن الوالدين ، والتي يطلق عليها (الفطام النفسي) ومما يساعد المراهق على تحقيق هذا الاستقلال اتساع عالمة وزيادة خبراته وتجاربه وتعدد أصدقائه وكثرة الأنشطة التي يمارسها .

٢ . الحاجة إلى الانتماء .

تعبر الحاجة إلى الانتماء عن نفسها في ميل المراهق إلى توسيع دائرة علاقاته الاجتماعية لتشمل رفاق اللعب والجيرة وشلة الأصدقاء.

٣ . الحاجة إلى التقبل الاجتماعي .

يحتاج المراهق إلى الشعور بالتقبل الاجتماعي حتى ينجح في مرحلة النمو التي يمر بها ، ويعتبر شعور المراهق بتقبل الوالدين والأسرة له من أهم عوامل تحقيق الحاجة إلى التقبل الاجتماعي للمراهق .

٤ . الحاجة إلى النجاح والإنجاز.

المراهق في حاجة إلى أن يشعر بالنجاح والثقة بالنفس ، ويمكن تحقيق ذلك بتوجيهه إلى الدراسات الأكاديمية التي تتناسب مع قدراته ومهاراته العقلية واستعداداته وميوله حتي يستطيع تحقيق النجاح والإنجاز .

٥ . الحاجة إلى الأمن النفسي .

يتحقق الأمن النفس للمراهق عندما يتاح له المناخ الأسري الحاني العطوف ، وإذا وجد التقدير والقبول في المجال الاجتماعي ، والشعور بأن حياته مستقرة .

٦ . الحاجة المهنية.

إن تحقيق الاستقلال يعتمد بدرجة كبيرة على أن يصبح المراهق قادرا على الاعتماد على نفسه اقتصاديا ، لذلك تأخذ الميول المهنية في الظهور والتبلور في أواخر الطفولة وبداية المراهقة .

ما هي أبرز المشكلات التي تواجه المراهق في هذه المرحلة؟

أولاً: الصراع الداخلي:

- إن أحاسيس الشاب بعد بلوغه سن المراهقة تتغير، فتتغير معالم جسمه الخارجية والداخلية، ويحدث صراع داخله، و يكمن وراء هذا الصراع بين دوافع الروح وميول الجسد، فتشده عوامل الروحانيات ، و تدفعه عوامل الرغبات والميول نحو السقوط في الرذائل والفساد والرغبات المحرمة شرعاً وعقلاً وعرفاً فتتغير تصرفاته وسلوكياته وحركاته بسبب تواجد ذا الصراع في داخله.
- الصراع بين الاستقلال عن الأسرة والاعتماد على النفس فالمراهق يبدأ بالتحرر من سلطة الوالدين ليشعر بالاستقلالية والاعتماد على النفس، وبناء المسؤولية الاجتماعية، وهو في الوقت نفسه لا يستطيع أن يبتعد عن الوالدين؛ لأنهم مصدر الأمن والطمأنينة ومنبع الجانب المادي لديه. هذا التعارض يجعل المراهق طريد مجتمع الكبار والصغار، إذا تصرف كطفل سخر منه الكبار، وإذا تصرف كرجل انتقده الرجال، مما يؤدي إلى خلخلة التوازن النفسي للمراهق، ويزيد من حدة المرحلة ومشاكلها.
- هنالك أيضا صراع بين مخلفات الطفولة ومتطلبات الرجولة ، وصراع بين طموحات المراهق الزائدة وبين تقصيره الواضح في التزاماته، والصراع الديني بين ما تعلمه من شعائر ومبادئ ومسلمات وهو صغير وبين تفكيره الناقد الجديد وفلسفته الخاصة للحياة، وصراعه الثقافي بين جيله الذي يعيش فيه بما له من آراء وأفكار والجيل السابق.

ثانياً: المشكلات السلوكية:

١) الاغتراب والتمرد:

فالمراهق يشكو من أن والديه لا يفهمانه، ولذلك يحاول الابتعاد عن مواقف وثوابت ورغبات الوالدين ؟ كوسيلة لتأكيد وإثبات تفرده وتمايزه، وهذا يستلزم معارضة سلطة الأهل وبالتالي تظهر لديه سلوكيات التمرد والمكابرة والعناد والتعصب والعدوانية.

٢) العصبية وحدة الطباع:

فالمراهق يتصرف من خلال عصبيته وعناده، يريد أن يحقق مطالبه بالقوة والعنف الزائد، وهذا يسبب توترًا كبيرًا للمحيطين به.

٣) الخجل والانطواء:

فالتدليل الزائد والقسوة الزائدة يؤديان إلى شعور المراهق بالاعتماد على الآخرين في حل مشكلاته، لكن طبيعة المرحلة تتطلب منه أن يستقل عن الأسرة ويعتمد على نفسه، فتزداد حدة الصراع لديه، ويلجأ إلى الانسحاب من العالم الاجتماعي والانطواء والخجل.

٤) السلوك المزعج:

والذي يسببه رغبة المراهق في تحقيق مقاصده الخاصة دون اعتبار للمصلحة العامة، وبالتالي قد يصرخ، يشتم، يسرق، يركل الصغار ويتصارع مع الكبار، يتلف الممتلكات، يجادل في أمور تافهة، يتورط في المشاكل، يخرق حق الاستئذان، ولا يهتم بمشاعر غيره.

ما هي أسباب اضطراب السلوك لدى بعض المراهقين؟

أسلوب التربية في المنزل، المناخ المدرسي، وسائل الإعلام، رفضه للنصيحة، افتقاد القدوة، الغزو الفكري من الغرب، أصدقاء السوء.

برأيك : ما هي طرق علاج المشكلات التي يمر بها المراهق؟

- تفهم المرحلة العمرية والتغيرات التي يمر بها المراهق.
- أهمية إشراك المراهق في المناقشات العلمية المنظمة التي تتناول علاج مشكلاته، وتعويده على طرح مشكلاته، ومناقشتها مع الكبار في ثقة وصراحة.
- أهمية تشجيع الشباب في هذا السن بالقيام بالنشاط الترويحي الموجه والانشطة البدنية مثل تنمية بعض الهوايات لديه، حيث النفس إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل.
- فهم الحاجات الاساسية التي يسعي إليها المراهق لتحقيق توازنه في هذه المرحلة.
- الأذن المصغية في هذا السن هي الحل لمشكلاتها، كما أن إيجاد التوازن بين الاعتماد على النفس والخروج من زي النصح والتوجيه بالأمر، إلى زي الصداقة والتواصي وتبادل الخواطر، و بناء جسر من الصداقة لنقل الخبرات بلغة الصديق والأخ لا بلغة ولي الأمر، هو السبيل الأمثال لتكوين علاقة حميمة بين الآباء وأبنائهم في سن المراهقة.
- بينت دراسة أن المراهقين في الأسرة المتماسكة ذات الروابط القوية التي يحظى أفرادها بالترابط والاحترام في اتخاذ القرارات المصيرية هم الأقل ضغوطاً، والأكثر إيجابية في النظرة للحياة وشؤونها ومشاكلها، في حين من يعيشون في أسر متفككة أو يسودها الفوضى وعدم الود والاحترام فيما بينهم هم أكثر عرضة للاكتئاب والضغوط النفسية.

ما دور الأسرة في كيفية التعامل مع مرحلة المراهقة؟

١) تهيئة المراهق إلى أنه ينتقل من مرحلة إلى أخرى..

فهو يخرج من مرحلة الطفولة إلى مرحلة جديدة، تعني أنه كبر وأصبح مسؤولاً عن تصرفاته، وأنها تسمى مرحلة التكليف؛ لأن الإنسان يصبح محاسبًا من قبل الله _تعالى_؛ لأنه وصل إلى النضج العقلي والنفسي الذي يجعله قادرًا على تحمل نتيجة أفعاله واختياراته. وأنه مثلما زادت مسؤولياته فقد زادت حقوقه، وأصبح عضوًا كاملاً في الأسرة يشارك في القرارات، ويؤخذ رأيه، وتوكل له مهام يؤديها للثقة فيه وفي قدراته.

٢) تهيئة المراهق إلى أن هناك تغيرات جسدية، وعاطفية، وعقلية، واجتماعية تحدث في نفسيته وفي بنائه..

وأن ذلك نتيجة لثورة تحدث داخله استعدادًا أو إعدادًا لهذا التغير في مهمته الحياتية، فهو لم يعد طفلاً يلعب ويلهو، بل أصبح له دور في الحياة، لذا فإن إحساسه العاطفي نحو الجنس الآخر أو شعوره بالرغبة يجب أن يوظف لأداء هذا الدور، فالمشاعر العاطفية والجنسية ليست شيئًا وضيعًا أو مستقذرًا؛ لأن له دورًا هامًا في إعمار الأرض وتحقيق مراد الله في خلافة الإنسان.

٣) أن يعلم المراهق الأحكام الشرعية الخاصة بالصيام والصلاة والطهارة والاغتسال..

ويكون ذلك مدخلاً لإعطائه الفرصة للتساؤل حول أي شيء يدور حول هذه المسألة، حتى لا يضطر لأن يستقي معلوماته من جهات خارجية يمكن أن تضره أو ترشده إلى خطأ أو حرام.

٤) التفهم الكامل لما يعاني منه المراهق من قلق وعصبية وتمرد، وامتصاص غضبه..

لأن هذه المرحلة هي مرحلة الإحساس المرهف، مما يجعل المراهق شخصًا سهل الاستثارة والغضب، ولذلك على الأهل بث الأمان والاطمئنان في نفس ابنهم.

٥) بث روح الشورى بين أفراد الأسرة.

لأن تطبيقها يجعل المراهق يدرك أن هناك رأيًا ورأيًا آخر معتبرًا لا بد أن يُحترم، ويُعلمه ذلك أيضاً كيفية عرض رأيه بصورة عقلانية منطقية.

إياكم أن تنتقدوهم أمام الآخرين، وأنصتوا لهم باهتمام شديد عندما يحدثوكم، ولا تقاطعوهم، ولا تسفهوا آراءهم.

الجزء الرابع: المشكلات السلوكية

(الفصل الأول)

تعريف السلوك

هو كل ما يصدر عن الإنسان من نشاطات سواءً كانت أفعالا ظاهرية يمكن ملاحظتها وقياسها كالنشاطات الحركية والاجتماعية أو التعبير اللفظي، أو غير ظاهرية كالتفكير والتخيل والتذكر والوساوس وغيرها.

ما أنواع السلوك؟

أ - السلوك الاستجابي:

وهو السلوك الذي تتحكم به المثيرات التي تسبقه، وهو أقرب ما يكون بالسلوك اللاإرادي، فبمجرد حدوث المثير يحدث السلوك، فإذا وضع الإنسان يده في ماء ساخن فانه يسحبها اوتوماتيكيًا، أو اغماض العين استجابة لنفحة الهواء، فهذا السلوك ثابت لا يتغير وان الذي يتغير هو المثيرات التي تضبط هذا السلوك.

(مثير ← استجابة)

(تغيير المثير ← تغيير الاستجابة)

ب. السلوك الإجرائي:

هو السلوك الذي يتحدد بفعل العوامل البيئية مثل العوامل الاقتصادية والاجتماعية والتربوية والدينية والجغرافية وغيرها. وهو السلوك المُتعلم من البيئة.

ونستطيع القول أن السلوك الإجرائي أقرب ما يكون من السلوك الإرادي.

ومعظم سلوك الإنسان هو من هذا النوع، فالمشي والتفاعل مع الآخرين و الكلام والدراسة واللعب وتناول الطعام أمثلة على السلوك الإجرائي.

قاعدة تربوية: تعليم السلوك أولى من تعديله.

خصائص السلوك:

١ -القابلية للتنبؤ:

إن السلوك الإنساني ليس ظاهرة عضوية ولا يحدث نتيجة للصدفة وإنما يخضع لنظام معين، ويعتقد معدلي السلوك أن البيئة المتمثلة في الظروف المادية والاجتماعية الماضية والحالية

للشخص هي التي تقرر سلوكه، ولذلك نستطيع التنبؤ بسلوك الشخص بناءً على معرفتنا بظروفه البيئية السابقة والحالية، وكلما ازدادت معرفتنا بتلك الظروف وكانت تلك المعرفة بشكل موضوعي أصبحت قدرتنا على التنبؤ بالسلوك أكبر ،ولكن هذا لا يعني أننا قادرون على التنبؤ بالسلوك بشكل كامل ،فنحن لا نستطيع معرفة كل ما يحيط بالشخص من ظروف بيئية سواء في الماضي أو الحاضر.

٢ –القابلية للضبط:

إن الضبط في ميدان تعديل السلوك عادة ما يشمل تنظيم أو إعادة تنظيم الأحداث البيئية التي تسبق السلوك أو تحدث بعده، كما أن الضبط الذاتي في مجال تعديل السلوك يعني ضبط الشخص لذاته باستخدام المبادئ والقوانين التي يستخدمها لضبط الأشخاص الآخرين. والضبط الذي نريده من تعديل السلوك هو الضبط الايجابي وليس الضبط السلبي، لذا أهم أسلوب يلتزم به العاملون في ميدان تعديل السلوك هو الإكثار من أسلوب التعزيز والإقلال من أسلوب العقاب.

٣ –القابلية للقياس:

بما أن السلوك الإنساني معقد لان جزء منه ظاهر وقابل للملاحظة والقياس والجزء الأخر غير ظاهر ولا يمكن قياسه بشكل مباشر لذلك فان العلماء لم يتفقوا على نظرية واحدة لتفسير السلوك الإنساني، وعلى الرغم من ذلك فان العلم لا يكون علمياً دون تحليل وقياس الظواهر المراد دراستها، وعليه فقد طور علماء النفس أساليب مباشرة لقياس السلوك كالملاحظة وقوائم التقدير والشطب وأساليب غير مباشرة كاختبارات الذكاء واختبارات الشخصية، وإذا تعذر قياس السلوك بشكل مباشر فمن الممكن قياسه بالاستدلال عليه من مظاهره المختلفة.

السلوك السوي

هو السلوك الذي يتماشى مع قيم وعادات وتقاليد المجتمع، وفقًا للمعايير الاجتماعية التي تحكم الفرد داخل المجتمع، ويختلف السلوك السوي من مجتمع لآخر حسب طبيعة وثقافة وعادات وتقاليد كل مجتمع.

السلوك الغير سوي

هو كل ما يتنافى مع سلوكيات المجتمع، ويعتبر شاذ بالنسبة لقيم وعادات وتقاليد ومعايير المجتمع، وأيضًا يختلف السلوك الغير سوي من مجتمع لآخر حسب طبيعة وقيم وعادات ومعايير كل مجتمع.

ما المقصود بالتغيرات السلوكية؟

أثناء عملية النمو تظهر بعض المشكلات الانفعالية والاجتماعية عند جميع الأطفال، وهي لا تدل غالبًا على شذوذ الطفل أو اضطرابه بل إن كثيرًا منها يعتبر جزءً متممًا لنموه الطبيعي، وسرعان ما تختفي هذه المشكلات بانتقال الطفل إلى مرحلة أخرى.

ما المقصود بالمشكلات السلوكية ؟

-هي أنماط من السلوك تزيد في حدتها ودرجتها عن السلوك العادي يكتسبها الطفل بقصد التوافق وتخفيف حده التوتر لإعادة توازنه النفسي ولا تتفق مع مرحلة نمو الطفل.

-أو هي حالة اختلال داخلي أو خارجي نتج عن حاجة أو عدة حاجات غير مشبعة لدى الطفل.

ما هي الاضطرابات السلوكية؟

الاضطرابات السلوكية تتجاوز حد الأذى والتمرُّد، فيحدث عندَ الطفل أو المراهق الذي يعاني من اضطراباتٍ سلوكيةٍ نمط من السلوك العدائي أو الفوضوي لأكثر من ستَّة أشهر في بيئتين مختلفتين.

ما هي معايير تشخيص السلوك السوي والمضطرب (متى يكون سلوك الطفل مُشْكِلة؟؟)

١) السن.

قد يبدو سلوك طفل ما في مرحلة من مراحل العمر طبيعي، بينما إذا ظهر نفس السلوك على طفل أخر في مرحلة أخرى يبدو غير طبيعياً. (أي عندما لا يتناسب هذا السلوك مع السن هنا يصبح مشكلة)

٢) الموقف الذي ظهر فيه السلوك.

أحيانًا قد يكون السلوك ما هو إلا ردة فعل وليس فعل لذا فمن الضروري معرفة الموقف الذي ظهر فيه السلوك. (أي عندما لا يتناسب سلوكه مع الموقف هنا يصبح مشكلة)

٣) التكرار.

قد يتكرر السلوك أحيانًا مرة أو مرتين على فترات متباعدة فهذا لا يعتبر مشكلة إلا لو كان هذا السلوك يشكل خطر على نفسه أو فيه إيذاء للآخرين. (أحيانًا تظهر سلوكيات مرة أو مرتين وسرعان ما تختفي أما إذا تكررت هنا تصبح مشكلة).

٤) القيم والمعايير.

قد تقبل بعض البيئات بعض السلوكيات وتعتبرها مقبولة بينما ترفضها بيئات أخرى إذن فمن المهم مراعاة عامل القيم والمعايير في تشخيص السلوك. (عندما تخالف العادات والتقاليد السائدة هنا يصبح مشكلة)

٥) الاستغراب.

وهو أن يكون هذا السلوك لافتًا لاستغراب الآخرين مثال(في حديقة كبيرة والأطفال جميعها تلعب وطفل يجلس في هدوء فهذا سلوك يثير الاستغراب) فأحيانًا يكون خلف الهدوء الشديد حزن وخوف وقلق واكتئاب.

٦) إعاقة هذا السلوك لنمو الطفل الجسمي والنفسي والاجتماعي.

قد يكون هذا السلوك عائق في عدم تكيف الطفل مع أقرانه في المدرسة أو مع من هم في عمره.

٧) أن تتسبب هذه المشكلة في إعاقة الطفل عن الاستمتاع بالحياة مع نفسه والآخرين.

وتؤدي إلى شعوره بالكآبة وضعف قدرته على تكوين علاقات جيدة مع والديه والمعلمين والأصدقاء في المدرسة أي تعيق تواصله مع الآخرين.

٨) أن تتسبب هذه المشكلة في إعاقة الطفل من التحصيل الدراسي وتعوقه عن عملية التعلم.

ما هي العوامل التي تؤدي إلى المشكلات والاضطرابات النفسية والسلوكية؟

١) العوامل البيولوجية:

تشتمل العوامل البيولوجية على العوامل الجينية ، والعوامل البيوكيماوية , والعوامل العصبية . ومن المتوقع أن تكمن وراء بعض السلوكيات المضطربة عوامل بيولوجية .

ولكن الحقيقة هي أن البحث العلمي لم ينجح إلا في حالات نادرة في تقديم أدلة على أن السلوك المضطرب ناتج عن أسباب بيولوجية محددة . فالغالبية العظمى من الأطفال المضطربين سلوكيًا يتمتعون بصحة جسمية جيدة).

٢) العوامل النفسية:

تشير الدراسات إلى وجود عدد من العوامل النفسية التي تسهم في حدوث اضطراب قصور الانتباه / النشاط الزائد ومنها الضغوط النفسية والاحباطات الشديدة . وقد تلعب عمليات التدعيم أو التجاهل دورا مهما في ترسيب هذا الاضطراب.

٣) العوامل البيئية:

يندرج تحت مفهوم العوامل البيئية ثلاث بيئات أساسية لها تأثير مباشر على السلوك الإنساني :

أولها :البيئة الاجتماعية:

بما فيها من عادات وتقاليد ولوائح ونظم وإمكانيات اقتصادية وثقافية وعلاقات بين الطبقات والأجناس المختلفة داخل المجتمع.

وثانيها: البيئة الأسرية:

المتمثلة بالأب والأم والإخوة، وطبيعة العلاقة القائمة بينهم وتأثيرها على النمو الشخصي للطفل .

البيئة الثالثة: فهي البيئة المدرسية:

المتمثلة بالعلاقة القائمة بين الطفل من ناحية وبين زملائه ومدرسيه، وبالمناهج والأنشطة واللوائح المدرسية من ناحية أخرى.

ما هي النظريات التي تفسر المشكلات والاضطرابات السلوكية والانفعالية؟

النظرية البيولوجية:

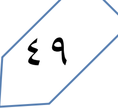
تفسر هذه النظرية الاضطراب السلوكي والانفعالي على أنه قد يرجع إلى خلل في تركيبات الجينات أو خلل في الجهاز العصبي أو اضطراب في العوامل الكيميائية العضوية وما يسمى (بالبيو كيميكل)،هذا تفسير لظاهرة الاضطرابات السلوكية والانفعالية مستمد من النظرية البيولوجية.

النظرية السلوكية:

تقول بأن الاضطراب السلوكي ما هو إلا خلل في عملية التعلم أو خطأ في عملية التعلم السلوكي، فالسلوك المضطرب أو الشاذ أو غير المرغوب فيه أو غير السوي تم تعلمه نتيجة التعزيز لهذا السلوك، سواء كان بشكل مقصود أو غير مقصود، وإذا حدث خلل في تعلم هذا السلوك واستمر هذا التعزيز لهذا السلوك غير السوي فإنه يصبح مشكلة سلوكية أو انفعالية.

نظرية التعلم الاجتماعي:

تفسر الاضطراب السلوكي على أنه راجع إلى (النمذجة) أو التعلم عن طريق الملاحظة ، حيث أن الطفل يلاحظ ويشاهد ويتعلم عن طريق التقليد والمحاكاة.



ما هو أسلوب حل المشكلات ؟

مفهوم المشكلة ؟

هـي أي عـائق يواجـه الانسـان ويمنعـه مـن تحقيـق هـدفٍ مـا، أو يهـدد عمليـة توافقـه مـع نفسـه أو مع بيئته.

مفهوم حل المشاكلات.

وهـي مجموعـة العمليـات الـتي يقـوم بهـا الفـرد (مسـتخدمًا المعلومـات والمعـارف الـتي سـبق لـه تعلمها ، والمهارات التي اكتسبها) بهدف التغلب على هذا الموقف والوصول إلى حلٍ له.

ما هي الطرق العلمية لحل المشكلات.

١ - تحديد المشكلة.

وتعني الشعور بالمشكلة و صياغتها في عبارات واضحة ومفهومة ومحددة تعبر عن مضمون المشكلة .

٢ - تحليل المشكلة.

بعـد أن يحـدّد الشـخص المشـكلةِ ويعرفهـا عليـه أن يَجمـع المعلومـات المختلفـة الـتي تتعلّـق بهـا مـن أجـل محاولـة فهمهـا بشـكلٍ أكـبر ، فكلّمـا فهـم الشـخص المشـكلة وتعمّـق بهـا فإنـه يَسـتطيع تحديـد الحلـول الـتي تعـالِج المشـكلة نفسـها بطريقـةٍ كـبيرةٍ وسـريعةٍ، بينمـا في حـال لم يفهـم المشـكلة فإنّـه سـيحلّها بطـرقٍ غـير مناسِـبةٍ ممّـا يَجعلـها تتعقّـد، ومـن الطـرق المناسـبة لتحليـل المشـكلة تـدوين إيجابيـات المشـكلة وسـلبياتها، فهـذا يجعـل اختيـار الحـلّ المناسـب أكثر سهولةٍ .

٣ - وضع الحلول المناسبة للمشكلة.

مـن الأفضـل وضـع أكثـر مـن حـلٍ للمشـكلة وذلـك مـن أجـل الانتقـال إلى الحلـول المختلفـة عنـد فشـل أي حـلٍّ في عـلاج المشـكلة، ومـن الأفضـل أيضـاً أن يضـع الشـخص الإيجابيـات والسلبيات لكل حلٍ وتصوّرٍ الأمور التي قد تقع اعتماداً على كل حل .

٤ - تقييم الحلول

بعـد وضـع الحلـول يجـب تقييمهـا حـول مـدى علاجهـا للمشـكلة أم لا، وذلـك مـن أجـل اختيـار الحـلّ الأكثـر مناسـبةً مـن غـيره، وعنـد اختيـار الحـل المناسِـب يجـب الالتـزام بـه حسـب مـا هـو مخطط للوصول إلى النتائج المطلوبة .

تذكّر ::: أن لكل مشكلة حل ::: ولكن(ما هو الحل المناسب؟)

أسباب الفشل في حل المشكلات

- سوء فهم المشكلة.
- عدم اتّباع آلية مناسبة للحل.
- قلة الخبرة والمعارف اللازمة لحل المشكلات.
- عدم كفاية المعلومات وصحّتها ووضوح المشكلة.

(الفصل الثاني)

أمثلة على بعض المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية

أولاً: اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه

التعريف: Attention Deficit Hyperactivity Disorder

اضطراب عصبي سلوكي ناتج عن خلل في بنية ووظائف الدماغ يؤثر على السلوك والأفكار والعواطف وهو اضطراب يمكن التعامل معه لتخفيف حدة أعراضه بهدف مساعدة الطفل على التعلم وضبط النفس ومحاولة تكيفه مع البيئة المحيطة.

- هي حالة نفسية تبدأ في مرحلة الطفولة المبكرة، وهي تؤدي إلى قيام الطفل بتصرفات تجعله غير قادر على إتباع الأوامر أو السيطرة على تصرفاته أو أنه يجد صعوبة بالغة في الانتباه للقوانين وبذلك هو في حالة إلهاء دائم بالأشياء الصغيرة .
- و المصابون بهذه الحالة يواجهون صعوبة في الاندماج في المدارس والتعلم من مدرسيهم، ولا يتقيدون بقوانين الفصل، مما يؤدي إلى تدهور الأداء المدرسي لدى هؤلاء الأطفال بسبب عدم قدرتهم على التركيز وليس لأنهم غير أذكياء، لذلك يعتقد أغلبية الناس أنهم بطبيعتهم مشاغبون.
- هذه المشكلة لا تعتبر من صعوبات التعلم ولكنها مشكلة سلوكية عند الطفل ويكون هؤلاء الأطفال عادة مفرطي النشاط واندفاعيين ولا يستطيعون التركيز على أمر ما لأكثر من دقائق فقط.

حقائق علمية مسلم بها تخص هذا السلوك.

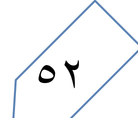
١) عدد الاطفال الذين يعانون من فرط الحركة وتشتت الانتباه اكثر من الاطفال الذين يعانون من أي مشكلات اخرى.

٢) ان النشاط الحركي الزائد ينتشر بين اطفال المرحلة الابتدائية وخاصة اطفال الصفوف الاولى من هذه المرحلة هم الاكثر معاناة حيث تبلغ نسبتهم حوالي ٥ ٪ .

٣) الذكور هم الاكثر تعرضا لهذه المشكلة من الاناث حيث تبلغ النسبة ٥ : ١ ٪ للذكور.

اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه قديمًا كان يطلق عليه

- متلازمة النشاط الزائد.
- التلف الدماغي البسيط وغير ذلك.



ما أنواع اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه ؟

ينقسم إلى ثلاثة أنواع:

١ - نوع يغلب عليه فرط الحركة و تشتت الانتباه وعدم القدرة على التركيز معًا.

٢ - نوع يغلب عليه تشتت الانتباه وعدم القدرة على التركيز.

٣ - نوع يغلب عليه فرط الحركة والاندفاع.

أولاً: أعراض فرط الحركة – النشاط الزائد.

فرط الحركة وزيادة النشاط علامة مميزة، حيث نرى الطفل يتلوى - يتململ ، لا يستطيع البقاء في مكانه أو مقعده، نراه يجري في كل مكان، يتسلق كل شيء، كثير الحركة لا يهدأ، يتكلم كثيراً ، كل ذلك بلا هدف محدد، يحدث ذلك في المنزل – المدرسة أو أي أماكن أخرى، كما يجدون صعوبة في التأقلم واللعب مع الأطفال الآخرين، ولا يجدون متعة في القراءة او مشاهدة التلفاز أو الأنشطة التي تحتاج الهدوء والسكينة.

- غالبًا ما يحرك يديه أو قدميه أو يتلوى أثناء جلوسه.
- لديه صعوبة في الالتزام بالنظام والتعليمات.
- كثرة الكلام وهذه من أهم الصفات.
- لديه صعوبات في أن يلعب أو أن يقوم بنشاط ترفيهي بشكل هادئ.
- كثيرًا ما يكون جاهزًا للانطلاق وكأن بداخله محرك يحركه باستمرار، لديه شعور دائم للحركة.
- ظهور علامات الملل بسرعة، فنراه ينتقل من نشاط لأخر دون أن يُكمله.
- اللعب بإزعاج دومًا.
- يُضايق الأطفال الآخرين، ويقوم بتخريب ألعابهم أو أنشطتهم.
- يجد صعوبة في اللعب، او مشاركة الآخرين في الأنشطة التي يقومون بها بهدوء.
- الفوضوية.
- كثيرًا ما يترك مقعده في الصف أو في أماكن أخرى حيث يتوقع منه بقاؤه في مكانه.
- كثيرًا ما يركض ويتسلق ويتحرك في المكان الذي يوجد فيه وبشكل غير مناسب.

ثانياً: أعراض تشتت الانتباه – عدم القدرة على التركيز.

هي من أكثر أعراض هذه الحالة انتشارًا، فبالإضافة لعدم القدرة على الانتباه - فدرجة التركيز والانتباه لديهم قصيرة جدًا، غير قادرين على التركيز - التذكر - التنظيم، يظهرون كأنهم غير مهتمين لما يجري من حولهم، يجدون صعوبة في بدء وإكمال ما يقومون به من نشاط، وخصوصًا ما يظهر أنه ممل أو متكرر أو فيه تحدي وتفكير، كأنهم لا يسمعون عندما تتحدث معهم، ولا ينفذون الأوامر المطلوبة منهم، يفقدون أغراضهم، وينسون أين وضعوا حاجاتهم - كتبهم وأقلامهم.

- كثيرًا ما يحدث له صعوبات في المحافظة على الانتباه لمدة كافية في اللعب أو المهارات المدرسية المتنوعة .
- كثير النسيان لضعف الذاكرة.
- الشرود الذهني وضعف القدرة على التركيز على الأشياء.
- سرعة التحول من نشاط إلى أخر، لشعوره بالملل سريعًا.
- كثيرًا ما يتجنب ويكره ويرفض الأعمال التي تتطلب تركيزًا لمدة طويلة (مثل الأعمال المدرسية والواجبات).
- صعوبة التواصل البصري معه لمدة كافية.
- كثيرًا ما يبدو غير منتبه عند الحديث معه .
- كثيراً ما يبدو عليه عدم اتباعه للتعليمات المطلوبة.
- يتجنب أو يرفض المشاركة في النشاطات التي تحتاج الى تركيز وجهد فكري عقلي.
- كثيرًا ما يتشتت انتباهه بسهولة في حال وجود مثيرات أخرى أثناء قيامة بمهمة معينة.

ملحوظة هامة: ما هي المدة الطبيعية للتركيز والانتباه؟

القدرة على التركيز وهي القدرة المؤدية للتعلم والتذكر، ومن ثم الى زيادة نسبة الذكاء، وتتراوح فترة انتباه الطفل الطبيعية من ثلاث إلى خمس دقائق لكل سنة من العمر فالطفل في الروضة يحتاج إلى خمس عشرة دقيقة كفترة انتباه متواصلة لكي ينجز العمل الموكول له كحد أقصى، وبعد ذلك تزيد لكي تكون عشرين دقيقة في الصف الأول والثاني، ولكن هذا لا يعني التركيز المستمر المتواصل، ولكن عدم التشويش وفقد التواصل مع العمل الذي يقوم به، ولكن يجب الانتباه أن فترة الانتباه عند مشاهدة التلفاز لا تحتسب عند قياس المقدرة على التركيز والانتباه.

ثالثاً: أعراض الاندفاعية:

هؤلاء الأطفال مندفعين بطبعهم، لا يفكرون في الفعل وردة الفعل، يجاوبون على السؤال قبل الانتهاء منه، لا ينتظرون دورهم في الحديث أو اللعب، كثيراً ما يقاطعون الآخرين في الكلام واللعب، وهو ما يؤدي إلى عدم قدرتهم على بناء علاقات مستمرة مع الآخرين.

- سريع الانفعال، متهور، انفعالاته تتسم بالحدة وتكون أكثر من الموقف الذي يتعرض له.
- سهولة الإثارة.
- تغير المزاج بسرعة.
- اللامبالاة بعواقب الأمور.
- عدم القدرة على الصبر .
- عدم القدرة على ضبط النفس.
- السلبية والابتعاد عن مناقشة الآخرين.
- عدم قدرته على التعبير عن آرائه بوضوح.



ما أسباب اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه؟

إلى الآن: المسببات الحقيقة لهذا الاضطراب غير محددة ولكن تتشابك مجموعة من العوامل هي:

أولاً : عوامل وراثية:

يشير الباحثين إلى أن عامل الوراثة يلعب دوراً كبيراً في هذا الاضطراب حيث وجد أن حوالي ٩٠ ٪ من الأطفال الذين يعانون من هذا الاضطراب يوجد بين أسرهم أفراد كانوا مصابين بهذا الاضطراب، ولاحظ أن نسبة التوائم كبيرة في إصابتها بهذا الاضطراب.

ثانياً: عوامل الحمل والولادة:

- تحدث نتيجة تعرض الأم الحامل إلى بعض الأمراض المعدية مثل الحصبة الألمانية أو تناولها بعض الأدوية والعقاقير أو تعرضها لحالة من التوتر والقلق بشكل دائم مما ينتج حالة تلف في خلايا المخ للطفل.
- هناك أتفاق بين أغلب العلماء ان أسباب هذه الحالة تحدث نتيجة لأسباب إنمائية للجهاز العصبي، والمقصود بالإنمائي – هو أن هذا العجز نشأ بسبب تأخر أو نقص نمو المخ في مرحلة الحمل وخلال مراحل نمو المخ التالية، وينتج عنه ضعف في السيطرة على النفس تظهر أعراضه على شكل سلوكيات متعددة كالمزاجية وضعف الانتباه وفرط الحركة.

ثالثاً: العوامل البيئية والاجتماعية والنفسية:

- وتتمثل في عدم استقرار الأسرة وتعرضها لاضطرابات اجتماعية ونفسية واقتصادية شديدة تؤثر على العلاقات بين أفرادها وكثيراً ما يتأثر الأطفال بهذه العلاقات ويكونوا أكثر عرضة لذلك.
- سوء الظروف البيئة: مثل التلوث بالسموم والمعادن والرصاص الذي يؤدي إلى زيادة حركة الأطفال.
- انتقال الطفل إلى بيئة جديدة دون تمهيد مثل انتقال الطفل إلى المدرسة وهذا قد يسبب نقص عملية الانتباه والتركيز لدى الطفل.
- عوامل التربية فالأسرة يمكنها تعزيز عملية النشاط الزائد بالإفراط في إعطاء الأطفال غذاء غير صحي يساعد على النشاط الزائد.
- المواد الحافظة والملونة المنتشرة في الأطعمة بكثرة تؤدي الى هذه المشكلة.
- الظروف المحيطة بالطفل من قلق وتوتر وإحباط بسبب سوء المعاملة والصراعات الاجتماعية. والعقاب البدني المتكرر والحرمان من الرعاية الاسرية.

تشخيص اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه

أولاً: لابد وأن يقوم بتشخيص هذا الاضطراب طبيب للمخ والأعصاب لعمل بعض الفحوصات والإشاعات المقطعية للدماغ، ونظراً لتشابك هذا الاضطراب مع أمراض أخرى.

ثانياً: الأكاديمية الأمريكية لطب نفس الأطفال (AACAP) وضعت بعض المعايير قبل تشخيص حالة الطفل على أنها اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه:

- يجب أن تظهر هذه السلوكيات الدالة على هذا الاضطراب قبل سن السابعة.
- يجب أن تستمر هذه السلوكيات لمدة ستة أشهر على الأقل، في بيئتين مختلفتين. (الأسرة – المدرسة – المجتمع)
- يجب أن تكون لهذه الأعراض تأثير واضح على إعاقة مستوى التحصيل الدراسي و حياته الاجتماعية.
- يجب أن لا تكون هذه الأعراض نتيجة لإصابة الطفل بمرض اخر نفسى أو عضوي.
- هناك بعض النماذج المستخدمة للآباء والمعلمين لرصد هذه الأعراض على الطفل منها على سبيل المثال:

استبيان كونرز لتقييم نقص الانتباه - فرط النشاط

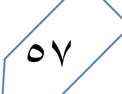
الأعراض	لايوجد 0	قليل 1	غالبًا 2	دائمًا 3
1. مفرط النشاط والحركة				
2. سريع الإثارة مندفع ومتهور				
3. يزعج الأطفال الآخرين				
4. غير قادر على إكمال مابدأه (درس - لعب)				
5. لايستطيع الجلوس فترة معقولة (كثير العبث)				
6. عديم الانتباه كثير الشرود				
7. يجب تنفيذ طلباته في الحال (عديم الصبر)				
8. يبكي بسرعة وسهولة بدون سبب حقيقي				
9. سرعة تغير المزاج جذريًا (سريع الغضب والخيبة)				
10. سرعة الانفجار والتصرف غير المتوقع				
المجموع لكل جدول				
المجموع الكلي				

إذا كان المجموع الكلي أكثر من 15 فهذا يشير إلى أن الطفل من المرجح أن يكون مصابًا بفرط الحركة

تغيرات سلوكية وليست مرضية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

يمكن أن تؤدي ظروف ومواقف إلى استثارة سلوك مشابه للسلوك المصاحب لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. على سبيل المثال، قد تظهر أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في المواقف التالية: -

- وجود مشكلات أسرية، توترات دائمة بين الوالدين.
- الإصابة بنوبات مرضية غير متوقعة.
- إصابة الأذن بعدوى والتي يمكن أن تؤدي إلى مشكلات مؤقتة في السمع.
- مشاكل في أداء الواجب المدرسي نتيجة مواجهة إحدى صعوبات التعلم.
- القلق أو الاكتئاب.
- عدم كفاية النوم أو النوم بأسلوب غير مريح.
- إساءة معاملة الأطفال.



علاج اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه:

١) العلاج الطبي.

يبدأ العلاج بالأدوية من بعد سن السادسة وتعمل الأدوية العلاجية على : -

- التقليل من فرط الحركة.
- تقليل الاندفاعية.
- زيادة التركيز والانتباه لتهيئة الطفل لعملية التعلم.
- التخفيف من حدة التوتر والقلق.

٢) العلاج الغذائي

(وذلك بمنع الاطعمة التي تزيد من النشاط لدى الطفل مثل الحلوى التي تزيد الطاقة لديهم والسكريات والمأكولات التي توجد بها ألوان صناعية ومواد حافظة)

٣) العلاج السلوكي

ويعتمد على مجموعة من الاساليب التي تهدف الى زيادة معدل ممارسة السلوك المرغوب فيه، ومحاولة خفض ممارسته للسلوك غير المرغوب فيه.

- إدخال التمارين البدنية إلى جدول الأنشطة اليومية الخاص بالطالب، للتنفيس عن طاقته الزائدة.
- مدح الطالب ومكافئته على سلوكه الهادئ .
- التعزيز اللفظي للسلوك المناسب.
- الاتفاق على تقديم المكافآت (التعاقد السلوكي)
- تزويد الطفل بالمعلومات ووضع قواعد له ومساعدته على الالتزام بها.
- تدريب الطفل على الاسترخاء والبعد عن القلق والتوتر.
- عدم استخدام أسلوب العقاب البدني أو اللفظي نتيجة زيادة حركة الطفل.

كيفية الوقاية من اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه.

- وذلك عن طريق إجراء الفحوصات الطبية والنفسية للطفل في حالة ملاحظة هذا السلوك لدى الطفل، لتحديد سبب ذلك وتحديد كيفية التعامل معه بدل اللوم الكثير على سلوكيات قد تصدر منه لا إرادية.

- عدم تناول الأم الحامل لبعض الأدوية والعقاقير إلا باستشارة طبيب وعدم تعرضها للتوتر والقلق بشكل دائم لأن ذلك قد يكون سبب في إصابة الطفل بالنشاط الزائد.
- إن اهتمام الأسرة في سنوات الطفل الأولى وتعزيز عملية المشاركة والثناء على ما يقوم به من إيجابيات وخلق بيئة تساعده على التوافق بصورة إيجابية مع الآخرين وعلاقاته مع المحيطين به من الأخوة والأهل كل هذا يقي الطفل من تعزيز النشاط الزائد الذي قد ينمو مع الإهمال.
- إن توظيف نشاط الطفل من الصغر وخلق بيئة إيجابية وطبيعية تساعده على التوافق مع من حوله، ومن الضروري تقبل حركة الطفل الطبيعية وعدم التشخيص الخاطئ لحركة الطفل.

ثانيًا: مشكلة التبول اللاإرادي لدى الأطفال

التعريف:

هو عدم قدرة الطفل على التحكم أو السيطرة في مثانته فينساب منها البول دون أن يشعر.

- ما هو العمر الذي من المفترض أن يتحكم الطفل في مثانته هو (الأربع سنوات)
- أحياناً يرافق التبول اللاإرادي التبرز اللاإرادي أيضاً.
- اظهرت الابحاث الاخيرة ان حوالي ١٥٪ من الاطفال في سن ٦ سنوات يعانون من هذه الظاهرة بدرجات متفاوتة.

هناك أنواع من التبول اللاإرادي

(التبول النهاري – التبول الليلي – التبول الليلي والنهاري معاً)

هناك نمطان من أنماط التبول اللاإرادي لدى الأطفال.

- أن يكون أوليا Primary، وهو عدم قدرة الطفل منذ ولادته وحتى سن متأخرة على ضبط عملية التبول.
- أو يكون ثانويا Secondary، بحيث يعود الطفل إلى التبول ثانية بعد أن يكون قد تحكم بمثانته لفترة لا تقل عن سنة.

تفسير مشكلة التبول اللاإرادي عند الأطفال



أوضح طبيب الأطفال (كوليتسكو) أن التبول اللاإرادي في هذه المرحلة العمرية عادة ما يرجع إلى تأخر عمليات النمو المسئولة عن التحكم في تصريف البول لدى الطفل، إذ لا يكون المخ قادرا على تقييم الإشارات العصبية للمثانة بشكل سليم، ومن ثمّ لا يستيقظ الطفل ليلا إذا امتلأت المثانة لديه. ونظرا لأنه لا يكون بمقدور الطفل التحكم في العضلة العاصرة المسئولة عن غلق المثانة بشكل تام، فيتم تصريف البول أثناء النوم.



ما أسباب مشكلة التبول اللاإرادي عند الأطفال؟

أولاً: العوامل النفسية والتربوية.

- إهمال الأسرة في تدريب الطفل على استخدام المرحاض في سن مبكر في عمر السنتين على الأقل لكي تتكون لديه عادة التحكم في البول.
- استخدام القسوة والضرب من قبل الوالدين.
- التفكك الأسري مثل الطلاق والانفصال وكثرة الشجار أمام الطفل.
- بداية دخول الطفل للمدرسة والانفصال عن الأم.
- الانتقال أو الهجرة من بلد لآخر أو من مسكن لأخر.
- بسبب الغيرة أو لجذب انتباه الأسرة بسبب ولادة طفل جديد.
- نقص الحب والحرمان العاطفي من جانب الوالدين (القلق النفسي).
- الخوف من الظلام أو القصص المزعجة أو من الحيوانات أو من التهديد والعقاب.

ثانياً: العوامل الفسيولوجية.

- اضطرابات المثانة مثل وجود (الالتهابات ـصغر حجم المثانة ـضيق عنق المثانة)
- وقد ينتج التبول أثناء النوم عن اضطراب النوم.
- مرض السكري أو السكري الكاذب.
- الاعراض الجانبية لبعض الادوية.
- وقد يحدث التبول اللاإرادي بسبب وجود بعض أنواع الديدان كالدودة الدبوسية.
- بسبب وجود حالات فقر الدم و نقص الفيتامينات.

- كما أن بعض الأمراض العصبية مثل حدوث نوبات الصرع أثناء النوم قد تسبب التبول اللاإرادي.
- العامل الوراثي (من الضروري معرفة التاريخ الأسري فقد يكون إحدى الوالدين عانى من تلك المشكلة وظهرت لدى الطفل)
- نقص هرمون (أنتي ديروتك) في فترة الليل وهذا الهرمون يتحكم في عملية البول.

علاج التبول اللاإرادي عند الأطفال.

يعتمد العلاج بشكل أساسي على(العلاج النفسي جنبًا إلى جنب مع العلاج الدوائي) قبل البدء في الخطة العلاجية ويجب مراعاة التالي:

- عمر الطفل.
- وجود اسباب عضوية.
- التعافي التلقائي يحدث بمعدل ١٤٪ لكل سنة عمرية.

أولاً: العلاج الطبي.

معظم الأدوية التي توصف لعلاج التبول اللاإرادي هي مواد كيماوية مضادة لحالات الاكتئاب وحالات الخوف والقلق وتهدف الى تهدئة الجسم وراحة النفس مثل الدكسدين.

ثانياً: العلاج النفسي التربوي.

- التعويد المبكر للطفل على دخول (الحمام) واستخدامه استخداما صحيحًا.
- تعويد الطفل على دخول (الحمام والتبول) قبل أن يذهب إلى فراشه من اجل التخلص من بقايا البول.
- تشجيعه بمكافأته حين يصحو من نومه ولم يتبول.
- تدريب الطفل نهارًا ليؤخر الرغبة في التبول (لتقوية عضلة المثانة).
- تقليل كمية السوائل قبل النوم.
- تعويد الطفل على الاستيقاظ ليلاً لتفريغ ما في مثانته.
- من المفضل تجنب شرب السوائل التي تحتوي على الكافيين كالشاي والمشروبات الغازية.
- يجب الامتناع ايضا عن تناول الاطعمة التي تحتوي على الكافيين: الشوكولاتة والحلويات الغنية بالسكر. لأنها تسبب الرغبة في الشرب ومن ثم التبول، ومن المعلوم ان الكافيين يعتبر مادة مدرة للبول.
- ينصح بالامتناع عن شرب الكثير من السوائل قبل النوم.

- من المهم الاستفسار عما اذا كان الطفل يعاني من مشاكل في التركيز والانتباه .فهذه الاضطرابات تزيد من ظاهرة التبول الليلي.
- لقد ثبت وجود علاقة بين الامساك وبين التبول الليلي، لذلك من المهم والضروري معالجة الامساك لدى الاطفال الذين يعانون من الامساك المزمن والتبول الليلي.
- عدم تأنيبه والسخرية منه وعدم استعمال القسوة والضرب.

كيف يؤثر التبول اللاإرادي على نفسية وسلوك الطفل؟

- تؤدي هذه المشكلة بالطفل إلى إتباع بعض السلوكيات العدوانية مثل (العناد والتخريب والألفاظ النابية والميل إلى الانتقام في محاولة للثأر من نفسه وسرعة الغضب).
- عدم الثقة في النفس – الخجل – الانطوائية.
- التأخر الدراسي – كرهه للمدرسة.
- شعوره بأنه منبوذ من قبل الآخرين.

ما طرق وقاية الطفل من التعرض لمشكلة التبول اللاإرادي؟

- تعويد الطفل نهارًا على ضبط نفسه أطول مدة ممكنة لتقوية عضلة المثانة.
- تعويد الطفل الاستيقاظ ليلا والذهاب إلى الحمام وخلع ملابسه.
- منع الطفل من تناول كميات كبيرة من السوائل قبل النوم.
- منع المواد الحارة أو الشديدة الملوحة عن الأطفال ليلا، لأنها تتطلب شرب كميات كبيرة من المياه.
- الابتعاد عن القسوة في المعاملة والتهديد بالعقاب على تبوله لا إراديًا.
- عدم تأنيب الطفل وتوبيخه أمام الآخرين على سلوك التبول اللاإرادي.
- إذا كان الطفل يخاف من الظلام فليوضع في غرفة نومه ضوء بسيط حتى لا يكون سبب التبول الخوف وإشعار الطفل بالأمان والطمأنينة.
- تعزيز الطفل ومكافأته على عدم التبول في أحد الليالي وإخطاره بأنه سوف يُحرم من هذه المكافأة إذا لم يستطع التحكم في التبول مرة ثانية.
- عدم مقارنة الطفل بأخوته الآخرين القادرين على التحكم في عملية التبول.
- تجنب التصرفات التي تثير غيرة الطفل من المولود الجديد.

ثالثًا: السلوك العـدواني عند الأطفال.

التعريف: هو السلوك الذي يؤدي إلى إلحاق الأذى بالنفس أو بالغير، وقد يكون جسديًا أو نفسيًا.

ما أشكال السلوك العدواني؟

١) العدوان اللفظي: يتمثل في الصراخ - الكلام البذيء - الإغاظة - الصياح -الشتم - استخدام كلمات وجمل التهديد - وصف الآخرين بالصفات السيئة وإظهار العيوب.

٢) العـدوان التعـبيري: إدلاع اللسـان مـن الفـم - إظهـار حركـات سـيئة باليـد – البصـاق – الإيماءات البصرية.

٣) العدوان الجسدي: استخدام القوة الجسدية - ركل - ضرب بالأيدي - استخدام الأظافر أو الأسنان.

٤) العـدوان العشـوائي: عـدوان مباشـر ضـد الأشـياء، إشـعال الحرائـق، تكسـير أشـياء وإلقاؤهـا رميها.

٥) العـدوان نحـو الـذات: كـأن يمـزق الطفـل ملابسـه أو كتبـه أو يشـد شـعره أو يضـرب رأسـه بالحائط: وهذا يدل على اضطراب في السلوك.

٦) عدوان التخريب: رغبـة الطفل بالتـدمير وإتـلاف الممتلكـات الخاصـة بـالآخرين. ألعاب، أثاث، كتب، ملابس، ويتفاوت الأطفال في ميلهم نحو التدمير.

٧) عدوان الخلاف والمنافسة: هو بصورة عابرة ووقتية نتيجة خلاف ينشأ أثناء اللعب أو المنافسة، مثل هذا ينتهي بإنهاء الحديث أو بالهجر بين الأطفال لعدة أيام.

ما أسباب السلوك العدواني عند الأطفال؟

١) مشـاكل ونزاعـات عائليـة مثـل شـجار الوالـدين، إغاظـة الأخـوة الدائمـة لـه، التـوتر والقلـق الأسري وعدم استقرار الجو الأسري، ينتج عنه توتر وتغير، والتصرف بشكل عنيف أو تدميري، خاصة إذا كان باقي أفراد الأسرة يُعبّرون عن مشاعرهم بهذه الطريقة..

٢) يزيد احتمال اكتساب السلوك العدواني لدى الطفل عندما يكافأ لقيامة بتصرفات عدوانية حتى يحصل على ما يريد، فيعتبر هذا السلوك هو وسيلة لأخذ ما يريد.

٣) الشعور بالنقص النفسي أو التحصيل الدراسي أو وجود عاهات أو أمراض جسمية أو عيوب النطق والكلام أو خلل في بعض الحواس أو أن البيئة الذي يعيش فيها غير آمنه فيجد الطفل في العدوان تعويضاً عما افتقده.

٤) مقارنة الطفل بطفل أخر.

٥) الحماية الزائدة للطفل فالطفل المدلل تظهر لديه المشاعر العدوانية اكثر من غيره، فالطفل عندها لا يعرف إلا الطاعة لأوامره ولا يتحمل الحرمان فيتحول سلوكه الى عدوان.

٦) الرغبة في جذب الانتباه. أحيانًا لا ينتبه الوالدين إلى الطفل إلا عندما يقوم بسلوك عدواني فيقوم الطفل بتكرار السلوك لجذب انتباه الوالدين إليه ويستمر ذلك حتى يكون سلوكًا عدوانيًا.

٧) الضرب (العقاب البدني) إن عقاب الطفل بدنيًا تجعله يعتقد بأن استخدام العنف والقوة شيء مسموح من الكبير للصغير ومن القوي إلى الضعيف.

٨) مشاهدة أفلام وبرامج العنف على التلفزيون وألعاب الفيديو العنيفة والمصارعة التي تجعل الطفل يتأثر بها ويقلد هذه السلوكيات العدوانية.

٩) بعض الأطفال يصبحون عدوانيين لرؤية أطفال عدوانيين آخرين على سبيل التقليد.

١٠) التشجيع والتعزيز من قبل الأسرة للسلوك العدواني باعتباره دفاعا عن النفس.

١١) كبت الطاقة الكامنة في جسم الطفل من قبل الأسرة أو المدرسة مما يدفع الطفل إلى إفراغ هذه الطاقة بصورة عدوانية على غيره ترويحا عن نفسه.

١٢) عدم تلبية الاحتيا جات الاساسية للطفل مثل الراحة بعد اللعب والتغذية الغير سليمة تجعل الطفل أكثر عصبية وعدوانية.

١٣) رغبة الطفل في التخلص من السلطة ومن ضغوط الكبار التي تحول دون تحقيق رغباته

١٤) تكليفه بما لا يستطيع القيام به؛ فيؤدي ذلك إلى إحباطه، وإحساسه بالعجز؛ فيلجأ للعنف.

١٥) شعور الطفل بالنقص الجسمي او الاقتصادي عن الآخرين وشعوره بالإحباط.

١٦) العقاب الجسدي للطفل يعزز في ذهنه ان العدوان والقسوة شيء مسموح به من القوي للضعيف.

١٧) غيرة الطفل من اقرانه وعدم سروره لنجاح الغير يجعله يسلك العدوان اللفظي بالسب والشتم او العدوان الجسدي كالضرب.

١٨) شعور الطفل بالغضب فيعبر عن ذلك الشعور بالعدوان.

١٩) شعور الطفل بعدم الأمان وعدم الثقة بالنفس او الشعور بالنبذ والإهانة والتوبيخ. الشعور بالفشل :احيانا يفشل الطفل في تحقيق هدفه اكثر من مره مثلا عندما لا ينجح في لعبه يوجه عدوانيته اليها بكسرها او برميها.

علاج العدوانية

١) تعزيز السلوك المرغوب فيه. وذلك من خلال مدح الطفل عندما يقوم بسلوك إيجابي والتنوع ما بين المدح والمكافآت

٢) تجاهل بعض السلوكيات (إلا عندما يُعرض الطفل نفسه للخطر أو المحيطين به)

٣) تعلم المهارات الاجتماعية وتعويد الطفل على مهارة تأكيد الذات والعمل على ضبط انفعالات الطفل من خلال الحوار.

٤) مراقبة ما يشاهده الأطفال من عنف سواء في الأسرة أو المدرسة أو التلفاز أو الألعاب التي يلعب بها.

٥) تقديم طرق بديلة للتخلص من الغضب. وذلك من خلال اللعب

٦) توفير بيئة آمنة للطفل يشبع فيها احتياجاته الأساسية كالحب والأمان واللعب خاصة في السنوات الأولى.

٧) تعزيز السلوك اللا عدواني وذلك من خلال تدعيم السلوك الإيجابي مثل التعاون والمشاركة ومساعدة الآخرين وإعطاء الطفل مزيد من المكافآت المادية والمعنوية.

٨) البعد عن إيذاء الطفل العدواني بالضرب بعد ارتكابه السلوك العدواني لأنك بذلك قد اتبعت نفس السلوك ويمكن أن تستخدم بدلاً منه الحرمان من شيء محبب لمدة معينه.

٩) تجنب اسلوب التدليل الزائد او القسوة الزائدة حيث ان الطفل المدلل اعتاد تلبية رغباته جميعها والطفل الذي حرم الحنان وعومل بقسوة كلاهما يلجأن للتمرد على الأوامر

١٠) اشعره بثقته بنفسه وانه مرغوب فيه وتجنب اهانته وتوبيخه او ضربه.

١١) قد يلجأ الطفل أحياناً بعمل بعض السلوكيات العدوانية فقط لجذب انتباهك، فإذا تأكدت من ذلك فتجاهل هذا السلوك فقط في هذه الحالة.

١٢) التفريغ السلبي للتوترات التي تعد المخزون الاستراتيجي للعدوان، وذلك بممارسة الرياضات البدنية والهوايات الإبداعية.

١٣) تدعيم الاستجابات المضادة للعدوان وتنمية السلوك البناء اجتماعيا كالإيثار والتسامح والصداقة والالتزام الأخلاقي، وكذلك الإشارة إلى الدين ودوره وفهم تعاليمه في خفض معدلات العدوان.

١٤) تبصير الوالدين بضرورة تجنب بعض السلوكيات والأساليب أثناء التنشئة الاجتماعية التي من شأنها حث الفرد على السلوك العدواني، مثل التمييز بين الأخوة والتجاهل والعقاب البدني.

كيفية الوقاية من السلوك العدواني عند الأطفال؟

١) وضع قوانين واضحة للأطفال في البيت والمدرسة وشرحها لهم .فالقوانين توضح للطفل السلوك المتوقع منه، مع مراعاة أن تكون تلك القوانين بلغة مفهومة للطفل.

٢) وضع ثوابت لعملية الثواب والعقاب قبل معاقبة الطفل.

٣) تعليم الطفل كيفية التصرف في المواقف المختلفة أي السلوك البديل عن العدوانية سواء في المنزل أو المدرسة حتى لا يلجأ للعدوانية.

٤) تعزيز السلوك غير العدواني وتشجيعه، مثال اللعب التعاوني مع صديق، وتعزيز الطفل عندما يلعب مع أقرانه دون شجار وصراخ.

٥) عدم استخدام العقاب البدني والنفسي بشكل مفرط مع الطفل.

٦) كلما كان لدى الأطفال حيز مكاني أوسع للعب قل احتمال حدوث شجار بينهم، وأعطى فرصا كثيرة للحركة من موقع إلى آخر.

٧) عدم إتاحة أوقات فراغ للأطفال مما ينتج عنها كثرة الشجار والعدوانية.

٨) يجب أن يكون هناك عدل في التعامل مع الأبناء.

٩) يجب الإقلال من التعرض للنماذج العدوانية. فالأطفال الذين يشاهدون تصرفات عدوانية يميلون إلى تقليد هذه النماذج. فعلى الوالدين ألا يختلفا ويتنازعا أمام أبنائهم. ويجب منعهم من مشاهدة أفلام العنف.

١٠) على الوالدين إشعار أبنائهما بالحب والحنان، وأن يجلسا معهم، ويتحدثا إليهم ويطلبا منهم أن يخبروهما بما يحدث معهم في المنزل والمدرسة. فوجود الأب والأم إلى جانب أبنائهما يشعرهم بالقوة والحماية.

١١) يجب على الوالدين منح الثقة للأطفال الأكبر سنا، وتحميلهم مسؤولية رعاية الأصغر منهم سنا.

١٢) يجب إدخال تعديلات على الظروف البيئية المحيطة بالطفل، إذا كانت هذه الظروف سببا في العدوان، وإزالتها، وإشباع حاجات الأطفال المادية والمعنوية.

١٣) يجب إدخال تعديلات على الحالة النفسية للطفل، وذلك بالعمل على تخفيف الضغوط التي يعاني منها الطفل. فالخبرات الطيبة تساعد الطفل على مواجهة المتاعب.

١٤) عدم مقارنة الطفل بإخوانه أو أقرانه بالصف حتى لا يقوم بسلوك عدواني نحوهم.

١٥) إن تعليم الطفل سلوك التصرف عند حدوث مشكلة ما، سيقلل كثيراً من استخدام الاساليب العدوانية لدى الأطفال.

كيف تتعامل المدرسة مع السلوك العدواني للأطفال؟

١) أن تضع المدرسة معايير وقوانين محددة للسلوك المقبول داخل الإطار المدرسي وتضع عقابًا للسلوك الغير مرغوب وتعريفه للطفل وتعليمه له جيدًا.

٢) أن تضع القوانين المدرسية بدائل للعدوانية للطلاب كأن يرجع لرائد الصف أو المعلم ويقوم المعلم بعقاب المخطئ.

٣) أن يقوم المعلِّمون بتقدير الصفات الشخصية الطيِّبة لدى الأطفال وتحفيزهم.

٤) إتاحة الفرصة للطلاب الذين يتميَّزون بالسلوك العدواني للتعبير عن مشاعرهم من خلال الأنشطة التربوية والاجتماعية والرياضية، ويتعاون في القيام بهذا الدور كلٌّ من المعلمين والمرشدين الطلابيين، بغرض التنفيس عن المشاعر العدوانية لهؤلاء الأطفال، والتقليل من حدتها ومن آثارها.

٥) ابتعاد المعلِّمين عن المواقف التي تُثِير السلوك العدواني لدى الأطفال في الفصل كالسخرية والاستهزاء والعقاب البدني للطلاب.

٦) عدم التميز بين الطلاب بسبب التفوق الدراسي أو الشكل أو المظهر أو أي سبب أخر.

٧) اتصال الأخصائيين الاجتماعيين بأولياءِ أمور التلاميذ ذوي السلوك العدواني؛ للمساهمة في وضع خطَّة مشتركة لمساعدة هؤلاء التلاميذ للتخلص من مظاهر السلوك العدواني الذي يتسمون به في البيت أو في المدرسة.

الجزء الخامس

مهارات وفنيات تعديل السلوك

وصية هارون الرشيد لخلف الأحمر معلم ولده محمد الأمين (يا أحمرُ، إن أمير المؤمنين قد دفع إليك مهجة نفسه وثمرة قلبه، فصير يدك عليه مبسوطة، وطاعته لك واجبة؛ فكن له بحيث وضعك أمير المؤمنين: أَقْرِئْهُ القرآن، وعرِّفه الأخبار، وروِّه الأشعار، وعلمه السنن، وبصِّرْه بمواقع الكلام وبدئه، وامنعه من الضحك إلا في أوقاته، ولا تَمُرَّن بك ساعة إلا وأنت مغتنم فائدة تفيِّده إياها من غير أن تُحزنه فتميتَ ذهنه. ولا تمعن في مسامحته فيستحلي الفراغ ويألفَه. وقوِّمه ما استطعت بالقرب والملاينة، فإنْ أبَاهُمَا فعليك بالشدة والغلظة.

تعريف تعديل السلوك

مقدمة

﴿ واللاتي تخافون نشوزهن فعظوهن واهجروهن في المضاجع واضربوهن فان أطعنكم فلا تبغوا عليهن سبيلا إن الله كان عليا كبيرا ﴾ "النساء:٣٤

وقد اشتملت هذه الآية على أسلوبين من أساليب تعديل السلوك هما: أسلوب العقاب السلبي (الهجر) وأسلوب العقاب الايجابي (الضرب) ويسبقهما أسلوب عقلي معرفي هو (الوعظ)

تعريف تعديل السلوك.

((هو العلم الذي يشمل على التطبيق المنظم للأساليب التي انبثقت عن القوانين السلوكية وذلك بهدف إحداث تغيير جوهري ومفيد في السلوك الأكاديمي والاجتماعي.

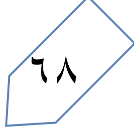
ويعرف إجرائيًا بأنه هو عملية تقوية السلوك المرغوب فيه من ناحية، وإضعاف أو إزالة السلوك الغير المرغوب من ناحية أخرى))

ما هو الهدف من تعديل السلوك:

١) زيادة السلوك المرغوب فيه.

٢) إضعاف أو إزالة السلوك الغير مرغوب فيه.

٣) تعلم سلوكيات جديدة.



ما هي خصائص عملية تعديل السلوك:

١) التركيز على السلوك الظاهر القابل للقياس والملاحظة :

حتى يتمكن المرشد أو المعدل من تتبع التغيرات التي تطرأ على السلوك في مراحل العلاج المختلفة لا بد من تحديد معدل حدوث السلوك المراد دراسته أو تعديله ،وهذا يتطلب إمكانية ملاحظته بشكل موضوعي لا شبهة فيه وأن يتفق الملاحظون على ذلك.

٢) السلوك المُشْكِل هو سلوك مُتعلم ومُكتسب من خلال تفاعل الفرد مع البيئة.

التي يعيش فيها لذلك يتطلب الأمر إعادة تعليم المسترشد السلوك السوي من خلال أساليب تعديل السلوك.

٣) انه لا يأتي من فراغ:

أي أن هناك قوانين تحكم تكرار السلوك من عدمه بمعنى أن السلوك يخضع لقوانين معينة بشكل حتمي وهي التي تحدد العلاقة الوظيفية بين المتغيرات لهذا كان لا بد من عملية التجريب العلمي.

٤) يتطلب تعديل السلوك تحديد الهدف وطريقة العلاج لكل سلوك .

وهذا يتطلب تحديد السلوك المراد تعديله وتعاون المسترشد أو ذويه في عملية تحديد الهدف أو ما هو متوقع حدوثه من عملية العلاج.

٥) التقييم المستمر لفاعلية طرق العلاج المستخدمة:

وذلك من خلال قيام المرشد أو المعدل بعملية قياس متكرر منذ بداية المشكلة وأثنائها وبعدها، وقد يتطلب الأمر التوقف عن استخدام أسلوب معين والبحث عن أساليب جديدة لتغيير السلوك.

٦) التعامل مع السلوك بوصفه محكومًا بنتائجه:

أي أن السلوك تكون له نتائج معينة، فإذا كانت النتائج ايجابية فان الإنسان يتعمد تكرارها ،أما إذا كانت النتائج سلبية فانه يحاول عدم تكرارها مستقبلاً ، نذكر تجربة سكنر مع الحمامة عندما وضع الحمامة مع صندوقي من القمح فعندما ضربت الحمامة الصندوق الأول ونزل القمح وضربت الآخر فلم ينزل منه شيء وبعد ذلك تكرر ضرب الصندوق الذي ينزل منه القمح والصندوق الذي لم ينزل منه شيء لم تقترب منه.

٧) أن تتم عملية تعديل السلوك في البيئة الطبيعية:

أي أن يحدث تعديل السلوك في المكان الذي يحدث فيه السلوك ،لان المثيرات البيئية التي تهيأ الفرصة لحدوث السلوك موجودة في البيئة التي يعيش فيها الفرد، فالأشخاص

المحيطون بالفرد هم الذين يقومون بعملية التعزيز أو العقاب وبالتالي هم طرف في عملية تعديل السلوك.

مجالات تعديل السلوك:

أولا: مجال الأسرة:

فهناك الكثير من السلوكيات المرغوبة التي تود الأسرة غرسها في أبناءها مثل: مهارات الاعتناء الذاتي "من لبس، ونظافة شخصية، وترتيب وتنظيف المكان الذي يعيش فيه الطفل، وكذلك مراعاة آداب المائدة وآداب الحديث وأيضا في مجالات المهارات الاجتماعية حيث تسعى الأسرة إلى تدريب أطفالها على التعامل مع الآخرين باحترام والمساعدة والصدق والأمانة والمحافظة على الواجبات وعلى الممتلكات الخاصة والعامة.

ثانيا: مجال المدرسة:

عدم التأخر والغياب عن المدرسة، المشاركة الصفية، التعامل مع المدرسين والطلبة باحترام، وكذلك الالتزام بالتعليمات والأنظمة والمحافظة على ممتلكات المدرسة، أما إذا كان سلوك الطالب عكس ما ذكرنا فإننا نكون بصدد تعديل سلوكه بالشكل الذي يحقق الوضع السوي.

ثالثا: مجال التربية الخاصة:

وهو مجال خصب جداً لبرامج تعديل السلوك، ويعد تعديل السلوك من أهم مرتكزات العمل في التربية الخاصة، وهنا يلجأ الأخصائي إلى تدريب فئات التربية الخاصة على تعلم أو تعديل أو المحافظة على العديد من المهارات منها: المهارات الاجتماعية والنفسية ،ومهارات الاعتناء الذاتي، والمهارات المهنية، والمهارات التأهيلية.

رابعا: مجالات العمل:

وهناك الكثير من الدراسات التي قامت باستعمال إجراءات تعديل السلوك من أجل زيادة مهارة العاملين أو زيادة إنتاجهم أو مساعدتهم في انجاز أعمالهم في الوقت المطلوب أو التقيد بمواعيد العمل.

خامسا: مجالات الإرشاد والعلاج النفسي:

وهنا يتم تقديم الإرشاد وكذلك العلاج النفسي لمختلف الفئات بحيث يقوم الأخصائي بمقابلة من يحتاجون لخدماته ويقرر عندها أسلوب تعديل السلوك المناسب لهم. ففي مجالات الأسرة يتم معالجة كثير من السلوكيات غير المقبولة كالسلوك العدواني والغيرة والإهمال الزائد ،وفي المدرسة يتم علاج مشاكل عدم التكيف والانسحاب وضعف التحصيل وصعوبات التعلم، ويتم أيضاً علاج كثير من العاهالات

السلوكية مثل قضم الأظافر، مص الأصابع أو الإبهام، التبول اللاإرادي ،القلق، الخوف من الامتحانات.وكذلك علاج المشاكل النفسية مثل حالات الاكتئاب والإحباط، والمخاوف المرضية بشكل عام ،وعلاج المشاكل الزوجية ،ومشاكل الصحة كالسمنة أو النحافة، وتدريب الأفراد على العادات الصحية والاجتماعية السليمة .

الاتجاهات الرئيسية في تعديل السلوك:

١) الاتجاه السلوكي:

يقوم على فكرة أن سلوك الفرد ليس عرضًا وإنما هو مشكلة بحد ذاته وأنه يجب التعامل معه وفهمه وتحليله وقياسه ودراسته ووضع أفضل الإجراءات للتعامل معه حسب أوقات وأماكن حدوثه وأنه يمكن التحكم فيه عن طريق التحكم في المثيرات التي تحدثه وفي النتائج المترتبة عليه، ويعتمد هذا الاتجاه على قوانين تعديل السلوك مثل التعزيز والنمذجة وضبط الذات.

٢) الاتجاه المعرفي:

يرى بأن سلوك الفرد ليس ناتجًا عن تفاعل بين المثيرات البيئية والفرد فقط، وأن استجابات الفرد ليس مجرد ردود أفعال على مثيرات بيئية وإنما هناك عوامل معرفية لدى الفرد قد تكون مسئولة عن سلوكياته مثل ثقافته ومفهومه عن ذاته وخبراته وطرق تربيته وتنشئته وطرق تفكيره عقلانية كانت أم غير عقلانية وعلى مدى تفاعل حديثه الداخل مع بناءاته المعرفية وطرق اكتسابه لتعلم السلوك الخاطئ.

مبدأ إريكسون : يشعر الطفل في هذه المرحلة إما بالكفاءة أو الدونية، فإن حقق الطفل نجاحات كثيرة سينمو لديه الشعور بالكفاءة، وإن فشل في محاولات عديدة ينمو لديه الشعور بالدونية، وتلعب الأسرة والمدرسة دوراً كبيراً في نمو هذه المشاعر.

٣) اتجاه التعلم الاجتماعي:

يرى أن السلوك البشري يتعلمه الإنسان بالتقليد أو المحاكاة أو النمذجة، وأن معظم السلوكيات الصحيحة والخاطئة هي سلوكيات متعلمه من بيئة الفرد.

ما هي خطوات تعديل السلوك؟

إن عملية تعديل السلوك له تخطيط وخطوات وله أهداف منظمة حتى نصل إلى أفضل النتائج.

١) تحديد السلوك المراد تعديله أو علاجه.

٢) قياس السلوك المستهدف وذلك من خلال جمع ملاحظات وبيانات عن عدد المرات التي يظهر فيها السلوك ومدى شدته.

٣) تحديد الظروف السابقة أو المحيطة بالطالب عند ظهور السلوك الغير مرغوب فيه (تاريخ حدوثه والوقت الذي يستغرق ومع من يحدث وكم مرة يحدث وما الذي يحدث قبل ظهور السلوك وكيف استجاب الآخرون وما المكاسب التي جناها الطالب من جراء سلوكه وأي ملاحظات ترتبط بظهور المشكلة.

٤) تصميم الخطة العلاجية وتنفيذها على أن يشترك الطالب وأسرته في وضع الخطة وتتضمن تحديد الأهداف ووضع أساليب فنية تستخدم لتدعيم ظهور السلوك المرغوب فيه وإيقاف أو تقليل السلوك غير المرغوب وتشجيع الطالب وأسرته على تنفيذ الخطة الإرشادية بكافة بنودها.

٥) تقويم فعالية الخطة في كل مرحلة من مراحلها حتى الوصول إلى الهدف.

خصائص استراتيجيات تعديل السلوك

١) لابد أن تكون سهلة التنفيذ.

٢) أن تتماشى مع خصائص المشكلة التي يعانى منها الطالب والعوامل المرتبطة بها.

٣) أن تكون ذات جدوى ويمكن تطبيقها عمليا.

٤) أن تكون إنمائية (أي تساعد على نمو الطالب اجتماعيا – نفسياً – تربوياً – سلوكياً. الخ)

٥) أن لا ينتج عنها مشكلات إضافية للطالب أو الآخرين ذوى الأهمية في حياته.

٦) أن لا تُحمل الطالب أو الآخرين ذوى الأهمية في حياته أعباء كثيرة يقومون بها.

٧) أن لا تطلب من معدل السلوك أكثر مما يستطيع فعلة (أي تكون واقعية).

هناك جوانب أساسية لا يجب عدم إغفالها عند تعديل السلوك:

١) سلامة الركائز الأساسية في سلوك الإنسان وهى الحواس والجهاز العصبي والجهاز الغدى لتحقيق التوازن الجسمي والنفسي تمهيدا للقيام بتعديل السلوك بصورة فعالة.

٢) أن النجاح في ضبط السلوك لا يعنى في كل الأحوال تحقيق أهداف تعديل السلوك بل قد تكون عملية الضبط وقتية وإنما تحتاج إلى الرعاية بشكل مستمر.

٣) أن استراتيجية تعديل السلوك التي تصلح مع طالب قد لا تصلح في موقف مشابه لطالب أخر وفق مبدأ الفروق الفردية.

٤) أن معدل السلوك في حاجة إلى المعرفة من اجل اختيار المناسب بين الأساليب والاستراتيجيات المختلفة لتعديل السلوك ومعرفة متى وكيف ولماذا يستخدم احدها دون غيرها.

٥) أن طالب العام الحالي يختلف عن طالب العم الماضي بسبب حجم المتغيرات والمعلومات التي يتلقاها عبر وسائل التقنية الحديثة مما يؤدى إلى تغيرات ملموسة في السلوك تتطلب إيجاد أساليب تطبيقية لمواجهة المشكلات لهؤلاء الطلاب.

أساليب واستراتيجيات تعديل السلوك

١) التعزيز.

هو عملية تدعيم السلوك المناسب لزيادة احتمالات تكراره في المستقبل بإضافة مثيرات إيجابية أو إزالة مثيرات سلبية بعد حدوثه.

أنواع التعزيز :

أ) **التعزيز الايجابي:** إضافة أو ظهور مثير بعد السلوك مباشرة مما يؤدى إلى زيادة احتمال حدوث ذلك السلوك في المستقبل في المواقف المماثلة. (مكافأة)

مثال : الطالب الذي يسال سؤالا ذكيا في الفصل (سلوك) يتبع ذلك تقدير المعلم له (نتيجة ايجابية) فان الطالب سوف يكرر الأسئلة بعد ذلك.

ب) **التعزيز السلبي:** تقوية السلوك من خلال إزالة مثير مؤلم بعد حدوث السلوك المرغوب فيه مباشرة (سحب مثير مؤلم).

مثال: يشارك الطالب داخل الفصل مع المعلم في فعاليات الدرس خوفا من أن يقوم المعلم بخصم درجة أو أكثر من درجات المشاركة على سبيل المثال فمشاركة الطالب تعنى تجنيبه المثير السلبي مما يؤدى إلى زيادة الاحتمال التصرف على هذا النحو في الظروف المماثلة مستقبلا.

ت) **التعزيز التفاضلي للسلوك الآخر:** تعزيز الفرد في حالة امتناعه عن القيام بالسلوك غير المرغوب فيه الذي يراد تقليله لفترة زمنية معينة.

خطوات تطبيق هذا الإجراء-:

١) تحديد وتعريف السلوك غير المرغوب فيه الذي يراد تقليله.

٢) تحديد فترة زمنية يفترض عدم حدوث السلوك غير المرغوب فيه فيها.

٣) ملاحظة السلوك أثناء تلك الفترة الزمنية.

٤) تعزيز الفرد بعد مرور تلك الفترة وذلك إذا لم يحدث السلوك المستهدف اثناءها.

مثال: يقوم المربى بمكافأة الطالب الذي لا يتحدث إثناء الحصة حديثا جانبيا وذلك في نهاية الحصة.

ث) التعزيز التفاضلي للسلوك البديل -: تعزيز الفرد عن قيامه بسلوك بديل للسلوك غير المرغوب فيه الذي يراد تقليله.

خطوات تطبيق هذا الإجراء:

١) يجب أن يكون السلوك البديل للسلوك المستهدف ذا فائدة للفرد

٢) يجب تحديد جدول التعزيز الذي سيتم استخدامه قبل البدء بعملية التعديل.

٣) يجب تطبيق هذا الإجراء بشكل منظم لا عشوائي.

مثال : تعزيز الطالب عندما يأكل وهو جالس على كرسي بدلا من سلوك غير مرغوب كان يمارسه وهو تنقله من مكان إلى آخر في المقصف المدرسي وبيده الطعام.

ج) التعزيز التفاضلي لانخفاض معدل السلوك:

تعزيز الفرد عندما يصبح معدل حدوث السلوك غير المرغوب فيه لديه اقل من قيمة معينة يتم تحديدها مسبقا.

خطوات تطبيق هذا الإجراء-:

١) تحديد السلوك غير المرغوب فيه الذي يراد تقليله.

٢) تحديد الفترة الزمنية التي يفترض أن يصبح معدل حدوث السلوك المستهدف فيه منخفضًا.

٣) مراقبة السلوك أثناء تلك الفترة بشكل متواصل.

٤) تعزيز الفرد مباشرة بعد مرور تلك الفترة إذا كان معدل السلوك قد انخفض إلى أربع أو ثلاث مرات والمضي في التعزيز إلى أن يصبح معدل حدوث السلوك مقبولا.

مثال: طالب يجيب على أسئلة المعلم دون حصوله على إذن منه يقوم المربى أو معدل السلوك بتقويم هذا السلوك ومعرفة معدل حدوثه وذلك بمراقبته لمدة أسبوع دراسي تقريبا فإذا وجد التربوي أن معدل حدوث هذا السلوك قد يصل إلى عشر مرات في الحصة الواحدة يقوم بتعزيز انخفاض هذا السلوك عندما يتناقص عدد المرات إلى ثمان في الحصة ثم تعزيزه عندما

يتناقص معدل هذا السلوك إلى اربع و ثلاث مرات والمضي في التعزيز إلى أن يصبح معدل حدوث السلوك مقبول.

٢) العقاب:

هو كل إجراء يُتخذ ضد المعاقَب من شأنه عدم تكرار أو تقليل حدوث السلوك غير المرغوب فيه. ومن هذا التعريف نستخلص أن العقاب الناجح هو الذي يؤثر في المعاقَب فينعدم السلوك غير المرغوب فيه أو على الأقل يقلِل من فرص حدوثه مرة أخرى حتى ينعدم دون أية تأثيرات أخرى تصيبه بإيذاء نفسي أو جسدي. فإذا حدث وأصبح الطفل أكثر عِندًا وتحديًا بتكرار سلوكه المرفوض، أصبح العقاب الذي ناله غير مُجدي لأنه لم يؤثر في سلوكه.

أنواع العقاب

عقاب سلبي: هو العقاب الذي يُمارس ضد الطفل وتكون نتيجته لفترة زمنية قصيرة، يعود الطفل بعدها لتكرار السلوك غير المرغوب فيه، كالعقاب البدني أو التهديد به أو أي شكل من أشكال العنف الذي يُسبب إيذاء لنفسية الطفل مثل وصف الطفل بألفاظ غير لائقة أو مهينة.

ما هي مساوئ استخدام العقاب السلبي؟

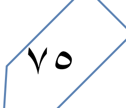
١) لا يُعلم السلوك المرغوب فيه، لأن ما يفهمه الطفل هو أن هناك سلوكًا معينًا لا يجب أن يتكرر وهو السلوك الذي يُعاقب من أجله، لكنه لا يخبره ما هو السلوك الذي يجب أن يسلكه.

٢) العقاب قد يؤدي إلى كبت السلوك أو قمعه انفعاليًا وليس إلى محوه أو إطفاءه، وهو عكس ما يريده المربيون. فنحن نسعى إلى تكوين سلوك مرغوب فيه دون أي إيذاء جسدي أو نفسي.

٣) قد يتعلم الطفل سلوكيات جانبية أخرى غير سوية مثل الكذب ليتجنب العقاب. وفي نفس الوقت لا يتعلم السلوك الصحيح.

٤) قد يؤدي إلى عنف مضاد موجه إلى الأفراد الأضعف من الطفل فينفس فيهم ما يعاني منه من ضرب وإهانة.

٥) قد يؤدي إلى حالات من عدم الشبع المادي والعاطفي والاحساس بعدم الأمان والاستقرار الوجداني.



عقاب ايجابي : هو العقاب الفعّال الذي يُحقق نتائج إيجابية ويساعد الطفل على تعديل سلوكه مثل: الحرمان: وهو حرمان الطفل من شيء يحبه، مثل لعبة يحبها أو الخروج للنزهة، وفي الحرمان يجب أن نراعي عدم الحرمان من الطعام، أو الرحلات التي قد ينتظرها الطفل من عام لآخر. كما أنه لا يجب أن يستغل الآباء مثل هذا النوع من العقاب للهروب من تنفيذ وعد للطفل بعد أن يكتشفوا أنه يصعب إتمام ما وعدوا به، فيتصيدوا له خطأ ليبرروا له عدم وفاءه بوعده لهم.

النوع الثاني من العقاب الإيجابي: وهو تكليف الطفل بأداء مهام غير محببة له لمدة زمنية معينة مثل قيامه بترتيب غرف جميع أفراد الأسرة، أو أن يكون مسئولاً عن تنظيف السفرة (مكان الطعام) بمفرده لمدة معينة، ونتابع قيامه بأداء هذه الأعمال. عند تطبيق مثل هذا العقاب نكون طبقنا نوعين من العقاب لأنه سوف يُحرم من القيام بعمل شيء يحبه أثناء تأدية العمل المُكلَّف به.

ما هي شروط العقاب الايجابي ؟

١) لابد أن يكون مرتبط بالخطأ، بمعنى أن نوضح للطفل أن ما فعله خطأ يستحق العقوبة.

٢) لابد أن يكون فوريًا بعد وقوع الخطأ مباشرةً، فلا يصح أن أعاقب على فِعل حدث في اليوم السابق.

٣) أن يتناسب العقاب مع سن الطفل.

٤) أن يكون العقاب مناسبًا لحجم الخطأ.

٥) لا يكون العقاب امام الناس حتى لا يجرح نفسية الطفل.

٦) تجنب استخدام العقاب بصورة مستمرة، التنوع في أساليب العقاب وعدم الثبات على طريقة واحدة حتى لا يعتادها الطفل ويصبح قادرًا على التنبؤ بما سوف يحدث له.

شروط هامة قبل استخدام أسلوب العقاب.

١) وضع قواعد معينة من قِبل الكبار هذه القواعد تشرح باستفاضة للطفل ما هو مسموح به وما هو غير مسموح.

٢) يجب أن نقوم بتحذير الطفل قبل أن يُعاقَب كنوع من التذكرة.

٣) يحتاج الطفل بعد كل موقف سلبي يصدر منه أن أوضح القاعدة التي قام بكسرها، ونتيجة قيامه بهذا سوف ينال العقاب الذي تم الاتفاق عليه.

٤) عدم التهاون في تنفيذ ما تم الاتفاق عليه مسبقًا مع الطفل بمعنى أنه لابد من تنفيذ العقاب في حالة خطأه حتى لا يُكرر ما فعل مرة أخرى.

٥) الهدوء والحزم عند تنفيذ العقاب حتى لا يكون بدافع الانتقام من الطفل بسبب الغضب.

٣) النمذجة (القدوة الحسنة)

النمذجة : وهي استراتيجية قائمة على المحاكاة الايجابية لأنواع السلوك ، فالتعليم بالقدوة أنجح أساليب التعليم ، فالرسول ﷺ – كان يُعلِّم أصحابه بالقدوة (صلوا كما رأيتموني أصلي) (خذوا عني مناسككم) . وفي القدوة الحسنة يستطيع المعلم تعديل سلوك طلابه دون تحقيرهم والتقليل من شأنهم ، فيكفي من المعلم أن يلتقط ورقة ويضعها في سلة المهملات ليبعث في نفوس طلابه اتجاه المحافظة على نظافة الغرفة الصفية ، ويكفي من المعلم أن يطرق الباب مستأذنًا بدخول الغرفة الصفية تعزيزا لاتجاه الاستئذان ، وهكذا بالنسبة لكثير من السلوكيات، ، و تسمى عملية التعلم هذه بمسميات مختلفة منها: التعلم بالملاحظة، التعلم الاجتماعي، التقليد، التعلم المتبادل.

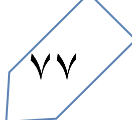
٤) الإبعاد المؤقت (الإقصاء):

وهو من الأساليب التي تُستخدم لإضعاف السلوك الغير مرغوب فيه (وهو إبعاد الطفل عن التعزيز الإيجابي كإخراج الطفل من الفصل عندما يقوم بسلوك غير مرغوب فيه أو إخراجه من اللعبة عندما يخالف قواعدها .

ومن شروطه لابد وأن يكون مناسب لعمر الطفل أي لكل سنة من العمر الطفل دقيقة فالطفل ابن الخمس سنوات يكون إبعاده خمس دقائق.

ما مميزات هذا الأسلوب؟

- يعطي الطالب وقتاً كافياً ليهدأ ويتحكم في سلوكه.
- يعطي التلميذ وقتًا ليفكر ويبدأ في وضع خطة حول طريقة سلوكه عندما يعود.
- يبعد التلميذ عن التعزيز وانتباه أقرانه نتيجة لسلوكه غير الملائم.
- يزيل وبشكل مباشر السلوك الفوضوي.
- يعطي المعلم الوقت لتدريس التلاميذ الآخرين.
- يعطي المعلم الوقت ليهدأ ويفكر في استخدام استراتيجيات أخرى.



وما هي أخطائه؟

(طول مدة إبعاد الطالب بمعنى أن لكل سنة عمرية واحد دقيقة فقط)

٥) التعاقد السلوكي Behavioral Contracting

هو أسلوب من أساليب تعديل السلوك الإنساني ويشتمل على تنظيم العلاقة بين المعالج و المتعالج من خلال عقد يوضح المهمة المطلوبة من المعالج والتعزيز الذي سيقدمه له المعالج في حال تأديته لتلك المهمة على النحو المطلوب. ولعل أهم ما يقدمه هذا الأسلوب أنه يشارك المتعالج في العملية العلاجية فبنود العقد يحدده الطرفان لا طرف واحد.

وتتمتع العقود السلوكية الجيدة ببعض الخصائص ومنها :

- إنها مكتوبة.
- إنها إيجابية تعد بالتعزيز ولا تهدد بالعقاب .
- إنها توضح طبيعة المهمة المطلوبة ومواصفاتها بوضوح .
- إنها تحدد نوع التعزيز وكميته وموعد تقديمه بوضوح .
- إنها تبدأ بالاستجابات البسيطة نسبياً وتنتقل تدريجياً إلى الاستجابات الصعبة .
- إنها عادلة وموضوعية فلا تجهد المتعالج ولا تبالغ في التعزيز .
- إنها ملزمة للطرفين ولكن إذا ارتأى الطرفان أن بنود العقد بحاجة إلى تعديل فليس هناك ثمة ما يمنع ذلك.

٦) التصحيح البسيط.

هو أسلوب من أساليب تعديل السلوك ويهدف إلى تصحيح الطالب لأخطائه حتى يصل إلى الوضع الذي كان عليه الشيء سابقا قبل حدوث السلوك غير المقبول.

- مثال : طالب كثير الحركة اعتاد أن يسكب العصير على ارض المقصف المدرسي فالتصحيح البسيط هو أن يطلب من الطالب تنظيف المساحة التي سُكب فيه العصير.

٧) التصحيح الزائد.

قيام الفرد الذي يسلك سلوكا غير مقبول بإزالة الأضرار التي نتجت عن سلوكه مع تكليفه بأعمال أخرى إضافية.

مثال: مطالبة الطالب بتنظيف المساحة التي سكب فيها العصير وأيضا تنظيف مساحة اكبر من المقصف المدرسي.

أهداف التصحيح الزائد ٠

- تقليل أو إطفاء السلوك غير المرغوب ٠
- تربية الفرد على تحمل المسئولية عن أفعاله ٠
- تدريب عملي لتعليم الاستجابة الصحيحة في الموطن التي يسيء الفرد فيه التصرف ٠

٨) التجاهل (الإطفاء)

التجاهل هو إحدى أساليب تعديل السلوك ويستخدم لإطفاء السلوك الغير مرغوب فيه، وهو الغاء او ايقاف المعززات التي تتبع السلوك السيئ.

ويستخدم هذا الأسلوب مع كل سلوك سيء يمارس يراد به لفت الانتباه او طلب الاهتمام

- كل سلوك لا يتم تعزيزه ينطفئ سواء أكان سلوكًا جيدًا أو رديئًا وهذه قاعدة مهمة من قواعد تعديل السلوك.
- تعزيز سلوك مرغوب فيه وإزالة سلوك غير مرغوب فيه أو التخفيف منه بطرق عديدة تسمى طرق تعديل السلوك.

٩) تكلفة الاستجابة Response Cost

وهو إحدى اجراءات العقاب الشائعة لتقليل السلوك غير المقبول هو الاجراء المعروف باسم تكلفة الاستجابة، وكما يشير الاسم فهذا الاجراء يعني أن تأدية الفرد للسلوك غير المقبول سيكلفه شيئًا ما ،وهذا الشيء هو فقدان كمية معينة من المعززات التي في حوزته والأمثلة في الحياة اليومية على تطبيق هذا الاجراء كثيرة منها مخالفة السائق في حالة عدم توقفه عند الاشارة الحمراء ، وفقدان الطالب عددا معينا من العلامات لعدم تسليمه لواجبه في الموعد المحدد.

وتُعرف تكلفة الاستجابة على أنها الاجراء السلوكي الذي يشتمل على فقدان الفرد لجزء من المعززات التي لديه نتيجة لتأديته للسلوك غير المقبول ،مما سيؤدي إلى تقليل أو إيقاف ذلك السلوك .

١٠) الإشباع Satiation

المقصود بالإشباع هو : أن تشبع حاجة الفرد في ممارسة السلوك غير المرغوب فيه حتي يمل ويكره الشيء الذي أحبه، مثل : في إحدى المستشفيات كانت إحدى المريضات مغرمة بسرقة بعض المناشف (الفوط) وتسعد لذلك فقام أحد الأطباء النفسيين بتطبيق

أسلوب الاشباع عليها وقال للخدم اتركوها تأخذ ما تشاء من المناشف وزيدوها ففعلوا ذلك ، ففي البداية كانت مسرورة جدا لأنها جمعت كمية كبيرة من المناشف ، ولكنها بعد فترة ملت من هذه المناشف فطلبت من الخدم التوقف عن تزويدها بها ومن ثم عادت إلى حالتها الطبيعية وتوقفت عن سرقة المناشف .

١١) قانون بريماك:PREMACK

قانون بريماك أو قانون الجدة ويعنى استخدام السلوك المحبب الذي يكثر الطالب من تكراره كمعزز لسلوك اقل تكرارا عند نفس الطالب وغير محبب لديه

مثال: استخدام ممارسة الرياضة لدى طالب يمارس هذا السلوك كثيرا لتعزيز سلوك آخر لا يرغبه الطالب مثل الاهتمام بالدراسة وتنفيذ الواجبات المدرسية وذلك بغرض تقوية احتمالات ظهور السلوك الأخير فالنشاط الذي يشارك فيه الطالب وعنده رغبة فيه يمكن استخدامه كنشاط معزز لنشاط آخر نادرا ما يشترك فيه.

١٢) الاقتصاد الرمزي.

مجموعة من أساليب تعديل السلوك تشتمل على توظيف المعززات الرمزية لتحقيق الأهداف العلاجية وتكتسب الرموز التقليدية مثل الطوابع ، النجوم ، قصاصات الورق ، القطع البلاستيكية ، الأزرار .....الخ خاصية التعزيز من خلال استبدالها بمعززات أولية أو ثانوية متنوعة مثل الهدايا ، الفسح ، الألعاب ، ....الخ وتسمى المعززات الدائمة.

مثال-: تلميذ بالصف الثاني الابتدائي يحتاج إلى تشجيع فإذا حفظ آيات من القران الكريم يعطى بطاقات ذا قيمة محددة ومعروفة لدى التلاميذ والمعلم وبعد فترة محددة يجمع المعلم البطاقات من التلميذ ثم يمنح التلميذ ما استحقه من المكافآت العينية.

١٣) ضبط المثير.

ويقصد به إعادة ترتيب (تنظيم) البيئة من جانب الفرد لكي يقلل بعضا من سلوكياته.

مثال: تحدث طالب مع زميل له داخل الحصة بشكل مستمر فعليه نقل الطالب إلى مكان آخر سوف يساعد على إطفاء هذا السلوك، مثال أخر (طالب يُظهر المشاغبة عند جلوسه بجوار زميل ما فإذا نقلنا هذا الطالب سينخفض السلوك).

١٤) التغذية الراجعة.

ويُقصد بالتغذية الراجعة تقديم معلومات للطالب توضح له الأثر الذي نجم عن سلوكه وهذه المعلومات توجه السلوك الحالي والمستقبلي.

ويشترط في هذا الأسلوب أن توضح نتائج السلوك على الفرد ذاته وليس على المحيطين به.

مثال: قيام المعلم باطلاع الطلاب على درجاتهم في الاختبار مع توضيح الأخطاء التي وقعوا فيها.

١٥) التسلسل.

التسلسل هو إجراء تعليمي يُبنى على تحليل المهارة المستهدفة الى عدة أجزاء ومن ثم يقوم المعلم بتعليم الفرد كلاً من هذه الأجزاء على حدى الى أن يتمكن من إظهار المهارة المستهدفة بأكملها. يستند التسلسل إلى تحليل المهارات وتعرف تحليل المهارات على إنه تجزئة المهمة المطلوبة من الشخص إلى حلقات صغيره التي تتكون منها وترتيبها على شكل متسلسل اعتمادا على موقع كل من هذه الحلقات في السلسلة، وبعد ترتيبها نقوم بتعليم الاستجابة الأولى ومن ثم الثانية فالثالثة الخ الى ان يؤدي الفرد السلسلة بأكملها وإن تبين أن الفرد لا يستطيع تأدية إحدى الحلقات نعمل على تشكيلها لدية.

مثال على التسلسل:

- تحليل مهارة غسل اليدين:

١) أن يتجه الطفل إلى المغسلة.

٢) أن يرفع الطفل أكمام القميص.

٣) إن يمد يده اتجاه صنبور الماء.

٤) أن يفتح الطفل صنبور الماء.

إلى أن يصل إلى غسل اليدين بطريقة سليمة.

١٦) التشكيل.

هو احد أساليب تعديل السلوك التي تستخدم لتكوين عادات سلوكية جديدة أو إضافات سلوكيات جديدة إلى خبرة الفرد السلوكية التي يحتاجها لإتمام عملية التكيف ويشتمل على التعزيز الايجابي المنظم للاستجابات التي تقترب شيئا فشيئا من السلوك النهائي بهدف إحداث سلوك جديد.

مثال: عندما نريد تعليم الطالب الكتابة يتم البدء بتعليمه الطريقة الصحيحة بالإمساك بالقلم وهي مسك القلم بثلاث أصابع عن طريق الربع الأول منه وان يبدأ الكتابة من أول السطر وان يكتب على السطر وبخط واضح ومقبول بحروف لا تميل عن السطر وهكذا وعند نهاية كل مرحلة من المراحل يتم مكافأته عن انجازها بنجاح.

١٧) التحصين التدريجي.

هي التخلص التدريجي من مشاعر الخوف أو القلق من مثير ما وتقوم على معرفة المثيرات التي تسبب المشكلة ثم يقوم المرشد الطلابي أو معدل السلوك بعرض الطالب عليها بصورة تدريجية متكررة يبدأ من الأسهل إلى الأصعب حتى يتم الوصول إلى أشدها وبالتالي يتخلص.

مثال-: الطالب الذي يمتنع عن الحديث أمام زملائه الطلاب بل يخشى الحديث أمامهم فبدلا من أن يزج به المربى أمام زملائه للحديث دفعة واحدة في الاصطفاف الصباحي وهو ما يسمى بأسلوب الغمر يقوم التربوي بالتدرج في إعداد الطالب لمواجهة زملائه في نهاية الأمر ومن الممكن أن يطلب من الطالب الحديث أمام نفسه ثم الحديث أمام معلمه ثم الحديث أمام طالبين يرتاح الطالب لهما ثم الحديث أمام مجموعة من الذين يرتاح الطالب لهم ثم الحديث أمام طلاب الفصل ثم الحديث أمام الصف الدراسي ثم أخيرا أمام طلاب المدرسة.

١٨) الغمر والإغراق.

يقوم معدل السلوك فيها بالتعريض السريع للطالب في مواجهة لما يفزعه بدون مقدمات من التراخي أو التدرج سواء هدف بالمواجهة الفعلية مع الموقف أو الشيء المثير للطالب ألا أن هذه الاستراتيجية تكون خطرة على مرضى القلب والحالات الشديدة الاضطراب ولكنها تفيد في حالات المخاوف المرضية والقلق والانطواء الاجتماعي والأفعال القهرية وما يعاب عليها في بعض الأحيان تكون نتيجتها عكسية.

مثال : - طالب يخشى الحديث أمام زملائه الطلاب ويمتنع كليا عن الحديث أمامهم فيطالبه المُعلم أو معدل السلوك بإعداد كلمة عن موضوع معين ثم الزج به أمام طلاب الفصل أو جميع طلاب المدرسة ليجد نفسه في مواجهة زملائه وعليه أن يتحدث أمامهم.

١٩) التنفيس الانفعالي.

يقوم على تعليم الطالب على أن يطلق مشاعره التي يحس فيها بصورة تلقائية ويعبر عنها بطريقة كلامية والبوح عن العواطف الحالية والأهداف المستقبلية لكي يتمكن من إدراكها والوعي بها ويقوم المرشد الطلابي أو معدل السلوك بتوجيه الطالب لاختيار السلوك المناسب والمقبول.

مثال-: طالب تعرض لحادث مروري وهو يقود سيارته والى جواره والده وقد توفى والده في الحادث المروري الأليم وانعكس ذلك على سلوك الطالب وهيئته وأسلوب تعامله يقوم المرشد الطلابي أو المربي أو معدل السلوك بالسماح للطالب بالبوح عن معاناته والصدمة التي تعرض لها ونتائجها ثم يتدخل معدل السلوك لإيضاح الحالة وأنها قضاء وقدر وان النفس مكتوب عليها الموت في اللحظة التي حددها الله وعليه التعويض عن ذلك بالعمل الصالح والدعاء للوالد وان الإنسان قادر على العطاء ما دام حيا وقادر على الإبداع في أعماله ومن ضمن تلك الأعمال التحصيل الجيد التوبة والعودة إلى الله وإدراك واجبات الإنسان في الدنيا ليفوز برضا الله في الآخرة ...الخ كما يوضح معدل السلوك للطالب طريقة التفاعل السليمة معا لحياة وطريقة تعديل سلوك الانزواء إلى سلوك يقبله الطالب ويكون محبوبا في الوسط الاجتماعي وتهدف هذه الاستراتيجية فقط إلى إفصاح الطالب عن مشاعره وما يكدر صفو حياته.

٢٠) تعديل السلوك باستخدام النشاط.

يعتبر النشاط ذا أهمية كبيرة في مجال تعديل السلوك لأنه وسيلة هامة لمساعدة الأفراد على التعرف على قدراتهم وميولهم ويمثل بيئة مناسبة لتنمية طاقات الطلاب وتفريغ الطاقات البدنية والانفعالية والذهنية ويفيد في ممارسة الإرشاد الإنمائي والوقائي والعلاجي ويجب على معدل السلوك قبل أد خال الطالب في أي نشاط مراعاة ما يلي-:

الاطمئنان إلى استعداد الطالب لممارسة النشاط وتهيئته بحيث يحقق أقصى درجة ممكنة من النجاح وتعريف رائد النشاط بالأهداف العلاجية الخاصة ببعض الحالات في أسلوب مبسط.

مثال : يمكن لمعدل السلوك إشراك الطالب العدواني في نشاط رياضي قوى مثل التمارين السويدية أو ألعاب القوى كما يمكن إشراك الطالب الخجول تدريجيا في النشاط المسرحي أو الإلقاء أو في الخدمة العامة والرحلات والزيارات.

المراجع

١) أطفالنا كيف نتعامل معهم – ثناء حسن سليمان (ضمن المكتبة النفسية)، دار كيوان للطباعة والنشر - دمشق – سوريا.

٢) العلاج السلوكي للطفل – للدكتور عبد الستار إبراهيم – د/عبد العزيز الدخيل – د/رضوى إبراهيم. عن دار عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، العدد ١٨٠، الكويت.

٣) بعض المواقع والصفحات على الأنترنت.

